



CARRERA DE DESARROLLO DEL TALENTO INFANTIL

CONSECUENCIAS DEL ESTRÉS INFANTIL EN EL ÁMBITO DE CONVIVENCIA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 4 AÑOS DE EDAD, DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL “SAN BARTOLOMÉ”, DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO , 2018.

Proyecto de investigación previo a la obtención del título de Tecnóloga en:

Desarrollo del Talento Infantil.

AUTORA: Laverde Llive Estefanía Fernanda

TUTORA: Lcdo. Eduardo Ibujes

QUITO – ECUADOR

2018

ACTA DE APROBACIÓN DEL PROYECTO DE GRADO

Quito, 19 de Noviembre del 2018.

El equipo asesor del trabajo de Titulación de la Srta. **LAVERDE LLIVE ESTEFANIA FERNANDA** de la carrera de *Desarrollo del Talento Infantil* cuyo tema de investigación fue: **CONSECUENCIAS DEL ESTRÉS INFANTIL EN EL ÁMBITO DE CONVIVENCIA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 4 AÑOS DE EDAD, DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL "SAN BARTOLOMÉ", DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO, 2018.** Una vez considerados los objetivos del estudio, coherencia entre los temas y metodologías desarrolladas; adecuación de la redacción, sintaxis, ortografía y puntuación con las normas vigentes sobre la presentación del escrito, resuelve: **APROBAR** el proyecto de grado, certificando que cumple con todos los requisitos exigidos por la institución.



Msc. Ibujes Portilla Jorge
Eduardo
Tutor/a del Proyecto



MSc. Adriana Cuascota
Delegado de la Unidad de
Titulación



Lic. Avalos Guljarro
Adriana de los Angeles
Lector/a del Proyecto



Dra. Susana Vasquez
Directora de Carrera

CAMPUS 1 - MATRIZ	CAMPUS 2 - LOGROÑO	CAMPUS 3 - BRACAMOROS	CAMPUS 4 - BRASIL	CAMPUS 5 - YACUAMBI
Av. de la Prensa N45-268 y Logroño Teléfono: 2255460 / 2269900 E-mail: instituto@cordillera.edu.ec Pág. Web: www.cordillera.edu.ec Quito - Ecuador	Calle Logroño De 2-84 y Av. de la Prensa (esq.) Esf. Cordillera Teléfono: 2430443 / Fax: 2433649	Bracamoros N15 - 168 y Yacumbi (esq.) Tel: 2262041	Av. Brasil N46-45 y Zamora Tel: 2246036	Yacumbi De 2-36 y Bracamoros Tel: 2249994

CONSECUENCIAS DEL ESTRÉS INFANTIL EN EL ÁMBITO DE CONVIVENCIA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 4 AÑOS DE EDAD, DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL "SAN BARTOLOMÉ", DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO, 2018.

DECLARATORIA

Declaro que la presente investigación realizada es absolutamente original, autentica y personal, que se han citado las fuentes correspondientes y que en su ejercitación se respetaron las disposiciones legales que protegen los derechos de autor vigentes.

Las ideas, doctrinas, resultados, conclusiones y recomendaciones a las que he llegado son de mi absoluta autoría y responsabilidad.



Laverde Llive Estefanía Fernanda

C.I 1724994403

LICENCIA DE USO NO COMERCIAL

Yo, **LAVERDE LLIVE ESTEFANIA FERNANDA** portador de la cédula de ciudadanía signada con el No 1724994403 de conformidad con lo establecido en el Artículo 110 del Código de Economía Social de los Conocimientos, la Creatividad y la Innovación (INGENIOS) que dice: “En el caso de las obras creadas en centros educativos, universidades, escuelas politécnicas, institutos superiores técnicos, tecnológicos, pedagógicos, de artes y los conservatorios superiores, e institutos públicos de investigación como resultado de su actividad académica o de investigación tales como trabajos de titulación, proyectos de investigación o innovación, artículos académicos, u otros análogos, sin perjuicio de que pueda existir relación de dependencia, la titularidad de los derechos patrimoniales corresponderá a los autores. Sin embargo, el establecimiento tendrá una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra con fines académicos. Sin perjuicio de los derechos reconocidos en el párrafo precedente, el establecimiento podrá realizar un uso comercial de la obra previa autorización a los titulares y notificación a los autores en caso de que se traten de distintas personas. En cuyo caso corresponderá a los autores un porcentaje no inferior al cuarenta por ciento de los beneficios económicos resultantes de esta explotación. El mismo beneficio se aplicará a los autores que hayan transferido sus derechos a instituciones de educación superior o centros educativos.”, otorgo licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial del proyecto denominado Consecuencias del estrés infantil en el ámbito de convivencia en niños y niñas de 4 años de edad, del centro de desarrollo infantil “San Bartolomé”, distrito metropolitano de Quito, 2018.

Con fines académicos al Instituto Tecnológico Superior Cordillera.

FIRMA



NOMBRE Estefanía Fernanda Laverde Llive

CEDULA: 1724994403

Quito, a los 09 días del mes de enero del año 2019

AGRADECIMIENTO

Al Instituto Tecnológico Superior “Cordillera”, a mis docentes que gracias a sus conocimientos durante toda mi etapa estudiantil impartieron en mí sus enseñanzas que me han ayudaron en mi desarrollo y superación profesional así como también personal, a mi tutor Eduardo Ibujes, quien ha sido una guía fundamental para desarrollar paso a paso mi proyecto de titulación.

DEDICATORIA

Mi proyecto de investigación está dedicado a Dios como eje fundamental en mi vida siendo guía y fortaleza para todas mis metas, a mis padres, por su apoyo incondicional y motivación de seguir siempre adelante, y sobre todo a Doménica mi hija por ser inspiración diaria para ser mejor.

ÍNDICE GENERAL

DECLARATORIA DE AUTORIA DE ESTUDIANTE	i
LICENCIA DE USO NO COMERCIAL.....	ii
AGRADECIMIENTO.....	iii
DEDICATORIA.....	iv
INDICE GENERAL.....	v
INDICE DE FIGURAS	ix
INDICE DE TABLAS.....	x
INDICE DE ANEXOS	x
RESUMEN EJECUTIVO.....	xi
ABSTRACT	xii
INTRODUCCION.....	xiii
CAPITULO I.....	1
1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	1
1.2 FORMULACION DEL PROBLEMA	4
1.3 OBJETIVO GENERAL	5
1.4 OBJETIVOS ESPECIFICOS:.....	5
CAPÍTULO II.....	6
2.2. Fundamentación Teórica	9
2.2.1 El estrés.	9

2.2.1.1 Origen del estrés.....	9
2.2.1.2 Síntomas del Estrés.....	10
2.2.1.3 Causas del Estrés	11
2.2.1.3.1 Factores internos.....	11
2.2.1.3.1 Factores externos	12
2.2.1.4 Consecuencias del estrés	13
2.2.1.7 Ámbitos de estrés en la infancia.....	15
2.2.1.7.1 Escuela.....	16
2.2.1.7.1 Familia.....	16
2.2.1.7.2 Salud	17
2.2.1.9 Prevención del estrés en la infancia.....	17
2.2.1.8 Convivencia Escolar	18
2.2.1.8.1 Características emocionales de niños de cuatro años de edad.....	19
2.2.1.9 Factores que facilitan la convivencia escolar	21
2.2.1.9 Factores que alteran la convivencia escolar	22
2.2.2 Mejora de la convivencia escolar	23
2.2.2.1 Educación con Valores	23
2.2.3 Estrategias para mejorar la convivencia escolar.....	24
2.2.3.1. Estrategia	24
2.2.3.1.1 Juegos Cooperativos.....	25
2.2.3.1.2. Rodamos estiradas	25

2.2.3.1.2. A TAPAR LA CALLE	26
2.2.3.1.3. RODAR POR PAREJAS AL TRESBOLILLO	27
2.2.3.1.4 Actividad Física.....	27
2.2.3.1.2 Juegos Individuales.....	30
2.2.3.1.2.1 Juego del Te.....	30
2.2.3.1.2.2 Yoga	31
2.2.3.1.2.2.1 Postura del indio	32
2.2.3.1.2.2.2Jalea	32
2.2.3.1.2.2.3 Árbol.....	33
2.2.3.1.2.2.4 Triangulo	34
2.2.3.1.2.3 Respiración	34
2.2.3.1.2.3 .1 La Posición del Niño	35
2.2.3.1.2.3.2 La Forma de Respirar	35
2.2.3.1.2.3.3 La duración de cada ejercicio	36
2.2.3.1.2.3.4 La Repetición.....	36
2.2.3.1.2.3.5 Actividades de Respiración y Soplo.....	36
2.3 Fundamentación Conceptual	38
2.4 Fundamentación Legal	40
2.5 Formulación de preguntas directrices de la investigación.....	43
2.6 Caracterización de las variables preguntas directrices de la investigación	44
CAPITULO III	46

3.1 Diseño de la investigación:.....	46
3.1.1 Población y muestra.....	47
3.1.2 Operacionalización de variables	48
3.1.3 Instrumento de Investigación.....	49
3.1.4 Procedimiento de la investigación	49
3.1. 5 Recolección de la investigación.	50
CAPITULO IV	51
4.1 Procesamiento y análisis de cuadros estadísticos	51
4.2 Conclusiones del análisis estadístico	61
4.3 Respuestas a la hipótesis o interrogantes de investigación (preguntas directrices)..	61
CAPITULO V	63
5.1 Antecedentes de la Propuesta	63
5.2 Justificación	64
5.3 Descripción.....	65
CAPITULO VI	97
6.1 Recursos	97
6.2 Presupuesto.....	98
CAPITULO VII.....	102
7.1 Conclusiones.....	102
7.2 Recomendaciones	103

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura N° 1 Factores que facilitan la convivencia escolar.....	21
Figura N° 2 Factores que alteran la convivencia escolar.....	22
Figura N° 3.....	26
Figura N° 4.....	27
Figura N° 5.....	27
Figura N° 6 Posturas del Indio.....	32
Figura N° 7.....	33
Figura N° 8.....	33
Figura N° 9.....	34
Figura N° 10.....	36
Figura N° 11.....	36
Figura N° 12.....	38
Figura N° 13 Pregunta 1	51
Figura N° 14 Pregunta 2	52
Figura N° 15 Pregunta 3	53
Figura N° 16 Pregunta 4	54
Figura N° 17 Pregunta 5	55
Figura N° 18 Pregunta 6	56
Figura N° 19 Pregunta 7	57
Figura N° 20Pregunta 8	58
Figura N° 21 Pregunta 9	59
Figura N° 22 Pregunta 10	60

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla N° 1 Actividad Física.....	29
Tabla N° 2 Operacionalización de variables.....	48
Tabla N° 3 Presupuesto.....	98

ÍNDICE DE ANEXOS

Anexo N° 1 ENCUESTA	107
Anexo N° 2 GUÍA DE ESTRATEGIAS DIDACTICAS PARA REDUCIR EL ESTRÉS INFANTIL.....	108

RESUMEN EJECUTIVO

La infancia es un período la cual se caracteriza por cambios, adaptaciones a experiencias nuevas, situaciones de transición de una etapa a otra; por lo que estas son factores o situaciones que producen ansiedad y tensión, lo que hace que su comportamiento sea de manera distinta a la habitual, de ahí la importancia que los docentes manejen estrategias didácticas que ayuden a erradicar el estrés infantil en el ámbito de convivencia en los niños y niñas. El presente proyecto de investigación ofrece los resultados de un estudio realizado sobre las consecuencias que genera el estrés en los niños y niñas.

La problemática nace del desconocimiento que tienen los docentes sobre cómo aplicar estrategias didácticas que disminuyan el estrés en los niños y niñas en etapa preescolar. Se presenta como variable independiente la convivencia escolar y como variable dependiente el estrés infantil.

Como validación a la investigación realizada se aplicó a los docentes una encuesta relacionada con el conocimiento que ellos tienen sobre el estrés infantil y sus consecuencias en el desarrollo integral del infante y en base a la información obtenida estructurar la propuesta de apoyo que en este caso es la guía como una opción de erradicar el estrés en los niños.

Los principales beneficiarios al dar solución a la problemática serán los niños y niñas de 4 años de edad del Centro de Desarrollo Infantil San Bartolomé”.

ABSTRACT

Childhood is a period which is characterized by changes, adaptations; new experiences, situations of transitions from one stage to another; so these are factors or situations that produce anxiety and tension, which makes their behavior is different from usual, hence the importance that teachers use teaching strategies to help eradicate childhood stress in the field of coexistence in children.

The present research project offers the results of a study on the consequences of stress on children in the context of coexistence in children.

The problem occurs in the Child Development Center "San Bartolome", since teachers are unaware of teaching strategies that reduce child stress in preschool children. The school coexistence is presented as an independent variable and childhood stress as a dependent variable.

The structuring of a survey was carried out to gather information related to the ignorance of childhood stress and its consequences in the integral development of the child and based on the information obtained, structure the guide as an option to eradicate stress in children.

The main beneficiaries when solving the problem will be the children of 4 years of age of the San Bartolome Child Development Center ".

INTRODUCCIÓN

La presente investigación estudia las consecuencias del estrés infantil en el ámbito de convivencia en niños de 4 años de edad del Centro de Desarrollo Infantil “San Bartolomé”, dicho estudio nos permite reflexiona sobre la importancia de controlar y porque no erradicar todos los factores estresores tanto internos como extremos, siendo el docente eje principal que brinde a los niños la oportunidad de ser más autónomos, expresar sus sentimiento, brindando confianza entre docentes niño y con sus iguales.

Por lo que se propone diseñar una guía que detalle las síntomas, causas, consecuencias y además destrezas que le permitan fortalecer las potencialidades de los niños, logrando asi una sana convivencia e integración con sus pares.

Hay que tener en cuenta que un temprano y adecuado manejo del estrés Infantil es sumamente importante para el desarrollo social y particularmente del cerebro porque genera tanto la capacidad de resolver problemas cotidianos, como las destrezas sociales.

Por tal motivo los docentes deben mantener capacitaciones constantes para manejar estrategias y técnicas que permitan erradicar este factor no menos importante y la cual va evolucionando constantemente. La propuesta ayudará a los docentes a trabajar con

actividades lúdicas y didácticas, direccionadas a potenciar el nivel cognitivo en los niños de educación inicial, del Centro de Desarrollo Infantil

CAPITULO I

EL PROBLEMA

1.1 PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La Organización de las Naciones Unidas para la Educación. ONU (2013), recientemente ha realizado estudios en cuanto al problema de estrés infantil, definiéndolo como un problema educativo actual. Plantea que existe a nivel mundial un alto índice de niños afectados por este problema debido a la escolarización temprana y cuyos efectos generalmente provocan en el niño reacciones por falta de adaptación; estas reacciones pueden, sin embargo, no ser adaptativas.

El planteamiento del proyecto “Consecuencias del estrés infantil en el ámbito de convivencia en niños de cuatro años de edad” se da en base a que en la actualidad y a nivel educativo el estrés infantil hoy en día es una problemática que necesita de atención e interés ya que existen muchos factores estresantes, las cuales se derivan tanto de la familia, estudios y relación de convivencia con sus pares y en la cual se detalla la poca atención a este.

Trianes et al; (2014) afirma que: “se ha constatado la existencia de un vínculo entre el estrés cotidiano y dificultades en las relaciones interpersonales con los iguales y los profesores, conductas agresivas, irritabilidad, actitud negativa hacia el ámbito escolar”.

CONSECUENCIAS DEL ESTRÉS INFANTIL EN EL ÁMBITO DE CONVIVENCIA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 4 AÑOS DE EDAD, DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL “SAN BARTOLOMÉ”, DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO , 2018.

Dentro de los factores estresantes que se presentan día a día, son los siguientes:

Salud física y mental, familia, económicos, alteraciones de rutina, relaciones interpersonales inadecuadas, afectando al niño su desempeño académica como en la convivencia armónica. Es importante que al hablar de estrés en el ámbito de convivencia interpersonal en el espacio escolar, no solo se logre identificar los problemas que causan en los niños, sino también la capacidad que ellos tienen para afrontar situaciones que se presentan en su diario vivir.

Según Maldonado, Hidalgo y Otero (citado en Román, Ortiz y Hernández, 2008) “un nivel elevado de estrés altera el sistema de respuestas del individuo a nivel cognitivo, motor y fisiológico, repercutiendo de forma negativa en el rendimiento académico”

Tomando como base los anteriores planteamientos, se puede concluir que el estrés infantil influye en la adaptación socioemocional del infante la cual se podría mantener durante toda la vida y causar alteraciones tanto cognitivas como emocionales y sociales. Actualmente en el Ecuador el estrés diario puede impactar negativamente en el desarrollo emocional del niño y la niña debido al trabajo cotidiano irritante que acarrea la interacción con sus pares y el medio ambiente. Los acontecimientos traumáticos en la infancia pueden presentar en una serie de problemas posteriores y generar ansiedad. Sin embargo, el estrés en los niños no está asociado exclusivamente a situaciones traumáticas.

Según Gabriela Romo, psicóloga clínica y docente de la Universidad de las Américas, entrevista EL COMERCIO (2014), define al estrés en la niñez como

“cualquier situación que haga que el niño tenga que cambiar o adaptarse y no se sienta cómodo con esto”. Esas condiciones pueden generar ansiedad y esa ansiedad puede volverse patológica cuando el niño empieza a sentir malestar constante.

Según Selye (1975), menciona que en el período escolar los factores estresantes que se presentan son la exposición del niño a situaciones de maltrato, la falta de afecto, la separación/divorcio de los padres, la penuria económica, los problemas en el centro educativo (inadaptación, malas relaciones, sobrecarga de trabajo, etc.), las enfermedades crónicas, la baja autoestima, las escasas habilidades interpersonales.

Ante esto, cabe mencionar los síntomas psíquicos, físicos y conductuales que se presentan como:

- **Síntomas psíquicos**

- Desmotivación, desinterés.
- Irritabilidad.
- Ansiedad.
- Disminución de la capacidad para pensar o concentrarse.
- Errores de memoria.
- Labilidad afectiva.

- **Síntomas físicos**

- Alteraciones del sueño.
- Pérdida o aumento de peso.
- Malestar general.
- Cefaleas.
- Problemas digestivos.

- **Síntomas conductuales**

- Rechazo de la escuela.
- Disminución del rendimiento.
- Aumento de los errores.
- Incumplimiento de tareas.
- Empeoramiento de las relaciones con los compañeros o los profesores.

Desde esta perspectiva el objetivo es el de impulsar la convivencia en entornos escolares inclusivos y con apropiados canales de comunicación, en la cual requiere la participación de la familia. Más allá de las diferencias que existan entre ellos, debe haber colaboración estrecha entre ambas, ya que los lazos entre familia y escuela permiten mejorar la educación, prevenir el estrés y canalizarlo de la mejor forma una vez que se detecta.

Identificando a la familia como ente principal que garantice afecto y comunicación suficiente con el niño, al igual que en el aspecto escolar, en este, especialmente se busca concienciar a las instituciones escolares de la importancia de prevenir en lo posible el estrés patológico mediante la creación de un ambiente saludable. Por ello, es importante el buen uso de ambientales escolares logrando que su impacto en el niño no marque su personalidad de por vida.

1.2 FORMULACION DEL PROBLEMA

Influirá el estrés infantil en el ámbito de convivencia en niños de cuatro años de edad del Centro de desarrollo Infantil “San Bartolomé”, Distrito Metropolitano de Quito, año 2018?

1.3 OBJETIVO GENERAL

- Analizar el estrés infantil en el en el ámbito de convivencia en los niños de 4 años de edad del Centro de desarrollo Infantil “San Bartolomé”, en el Distrito Metropolitano de Quito, año 2018, a través de técnicas de observación para desarrollar nuevas metodologías para los docentes a fin de erradicar el problema.

1.4 OBJETIVOS ESPECIFICOS:

- Analizar los diferentes síntomas que se presentan a temprana edad.
- Anticipar las posibles consecuencias que se producen en un futuro del niño y niña que sufre de estrés.
- Plantear posibles soluciones que permiten evitar o erradicar el estrés infantil.

CAPÍTULO II

MARCO TEÓRICO

Es importante destacar que tomando como referencia trabajos de investigación de distintas instituciones así como también archivos de la biblioteca del Instituto Tecnológico Superior Cordillera, se puede investigar que el tema propuesto en este proyecto (Consecuencias del estrés infantil en el ámbito de convivencia en niños de cuatro años de edad), es innovador ya que no ha ejecutado con anterioridad.

Así se puede señalar que el estrés infantil es un tema que necesita mayor atención temprana en el ámbito escolar, ya que se ha tomado más bien interés por el estrés docente y no por el tema del infante por lo que destacamos varias tesis que se han ejecutado en cuento al tema.

La tesis “El estrés infantil y su incidencia en el proceso enseñanza aprendizaje en los estudiantes de 4to, 5to, 6to y 7mo año de educación básica del centro de educación básica Manuela Espejo de la ciudad de Ambato de la provincia de Tungurahua”, realizado por Mayra Salome Guamanquispe Lazcano, tesis aprobada por la Universidad Técnica de Ambato en la carrera de Psicología Educativa en el año 2013. Da a conocer el proceso enseñanza aprendizaje de los estudiantes en la reducción de los estresores en la cual los niños se lograra ser participe y capaces de transformar la educación.

CONSECUENCIAS DEL ESTRÉS INFANTIL EN EL ÁMBITO DE CONVIVENCIA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 4 AÑOS DE EDAD, DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL “SAN BARTOLOMÉ”, DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO , 2018.

Del mismo modo la tesis “Campana de Concientización sobre el Estrés Infantil Tres Contra El Estrés...Papis, Profes y Amigos”, realizado por María José Recalde Rodríguez y Pablo Adrián Almeida Arguello, tesis aprobada por Universidad San Francisco de Quito en la carrera de Colegio de Comunicación y Artes Contemporáneas en el año 2014. Plantea comprender los principales síntomas y causas de esta problemática, la cual se genera ante las situaciones amenazadoras o desafiantes a los que los niños y las niñas se ven expuestos cada día.

De igual forma la tesis “El estrés infantil y su influencia en el desarrollo social en las niñas y niños del primer años de educación básica paralelo “a” de la escuela “Marieta de Veintenilla” de la ciudad de Loja periodo 2012-2013”, realizado por Melida Maribel Castillo Ordoñez, tesis aprobada por la Universidad Nacional de Loja en la carrera de Psicología Infantil y Educación Parvulario en el año 2014. Permite verificar que las causas del estrés infantil pueden ser generadas por factores extremos o internos, alertas del estado anímico obteniendo pronta solución para que esto no entorpezca en su desarrollo.

Por otra parte la tesis “ El estrés infantil y la agresividad de los niños y niñas de 4 a 5 años, de la “ unidad educativa san Vicente Ferrer”, de la ciudad de Puyo , del cantón y provincia de Pastaza, en el año lectivo 2013, realizado por Marcia Pamela Amores Valverde, tesis aprobada por la Universidad Tecnológica Indoamericana en la carrera de Ciencias de la Educación mención Educación Parvulario en el año 2016. Explica que los niños y niñas son seres vivos, que viven momentos de angustia, nerviosismo, tensiones propias de la vida diaria que se lleva, lo que desemboca en una serie de trastornos del

sistema nervioso central que llega a determinar ciertas patologías, con reacciones muy diferentes en cada individuo.

La tesis: “ Análisis y comparación de los sistemas de evaluación académica que genera el estrés en las niñas y niños de 5 a 6 años de edad de las escuela fiscal mixta “iv centenario n 1” y el centro de desarrollo infantil particular “arcoíris” de la ciudad de Loja. Periodo 2012-2013 realizado por Valery de Cisne Contreras Salinas, tesis aprobada por la Universidad Nacional de Loja en la carrera de Psicología Infantil y Educación Parvulario en el años 2013. Las conclusiones reflejan que existen incoherencias en la metodología que utiliza las maestras a la hora de evaluar, asimismo se incorpora con cada objetivo dos conclusiones frente a los resultados generados.

Tomando como referencia los anteriores investigaciones con este proyecto se propone conciencias y buscar metodologías en los distintos ambiente de aprendizaje en cuenta al estrés infantil y los distintos entornos como son: el familiar, el escolar y de la salud en los cuales se desenvuelven.

Es así como mediante investigaciones de fuentes nacionales, tesis y entrevistas a especialistas, se lograra comprender los principales síntomas y causas de esta problemática la cual se genera ante las situaciones amenazadores o desafiantes a los que los niños y las niñas se exponen cada día. Al ser la niñez una etapa de continuo cambio y desarrollo, es fundamental tratar este tema ya que esta va a influir en su desarrollo integral.

2.2. Fundamentación Teórica

2.2.1 El estrés.

El “estrés infantil” es la tensión que se genera en los niños por la frecuente búsqueda de adaptación a su medio. Esta adaptación constante incluye un cambio continuo, y por lo tanto un choque entre las necesidades, actividades, expectativas, intereses y sentimientos de los infantes. Merino Soto César, 1999, “Visión Introductoria al Estrés Infantil”, <http://www.psicopedagogia.com/articulos/?articulo=177>, 9/Marzo/07.

2.2.1.1 Origen del estrés.

Cannon (1911), estudiaba la influencia de extractos suprarrenales en la presión arterial del gato, en pleno experimento, ladrara un perro en la habitación contigua, descubriendo entonces una relación de la natural respuesta emocional del gato con un aumento de la secreción de adrenalina y de la presión arterial. Esto le llevó a descubrir la llamada "Reacción de lucha o huida", respuesta básica del organismo a toda situación percibida como peligrosa, y en la que juega un papel principal la liberación de catecolaminas.

Hans Selye (1936), describió un Síndrome General de Adaptación, que se producía, según él, cada vez que el organismo tenía que enfrentarse a estímulos nocivos persistentes. , en la cual plantea las tres fases por las que se va presentando fisiológicamente el estrés ante la adaptación

Fase de alarma: fase en la que todo el organismo se prepara para llevar a cabo alguna acción que le permita sobrellevar el estímulo amenazante; dilatación de pupilas, aumento de frecuencia cardíaca y otros.

Fase de resistencia o adaptación: en ella el organismo se va adaptando y deja de estar en un estado de alerta para relajarse un poco más.

Fase de agotamiento: es cuando el organismo, en cierta forma, ha estado jugando con un nivel de estrés por un largo tiempo y lo experimenta como normal; pero es, en esta fase, cuando aparecen las enfermedades psicosomáticas ocasionadas por el continuo estado de tensión que el sujeto vive.

(José Luis González de Rivera y Revuelta 1979, estrés en la infancia, págs. 165-193)

2.2.1.2 Síntomas del Estrés

Entre los factores estresantes podemos encontrar síntomas psíquicos, físicos y conductuales como los siguientes:

Síntomas psíquicos

- Desmotivación, desinterés.
- Irritabilidad.
- Ansiedad.
- Tedio.
- Disminución de la capacidad para pensar o concentrarse.
- Errores de memoria.
- Labilidad afectiva.
-

Síntomas físicos

- Alteraciones del sueño.
- Pérdida o aumento de peso.
- Malestar general.
- Cefaleas.
- Problemas digestivos.

Síntomas conductuales

- Rechazo de la escuela.
- Disminución del rendimiento.
- Aumento de los errores.
- Incumplimiento de tareas.
- Empeoramiento de las relaciones con los compañeros o los profesores

(VALENTÍN MARTÍNEZ-OTERO PÉREZ,2012)

2.2.1.3 Causas del Estrés

(Stora 2000) menciona que el estrés es causado por el instinto del cuerpo de protegerse a sí mismo. Esta condición resulta de provecho en emergencias, como cuando se está en una ruta y de pronto un auto viene en dirección de colisión la persona emprende una maniobra evitativa del accidente. Pero un estímulo así puede causar síntomas físicos si continua por mucho tiempo o se repiten condiciones estresantes.

2.2.1.3.1 Factores internos

Los factores internos son las características que forman parte del funcionamiento mental y psicológico del niño que padece estrés. Es así como se pueden ver

involucrados en el niño y niña el estrés, tanto la personalidad, como los pensamientos y las actitudes del niño.

Es por eso que cuando el niño desea enfrentarse a situaciones reales de su entorno, el niño no posee recursos que permitan adaptarse de una forma adecuada y lograr así responder ante ellos con sensaciones de estrés.

Por lo cual es estrés infantil, es generado por el mismo niño en la mayoría de veces, y en esto influye la manera de percibir al mundo en el que se rodea y de igual manera al mismo ante los demás.

Las características internas que el niño puede presentar son la ansiedad, la timidez, intentar agradar a los demás, temor a fracasar, miedo al castigo, su aspecto físico, su rendimiento académico.

2.2.1.3.1 Factores externos

En los niños aparece cuando son incapaces de adaptarse al medio ambiente en el que se desarrollan, actualmente la exigencias en las que el niño y la niña se ven expuestas pueden ser menos estresantes que como lo vería un adulto , sin embargo este hecho no garantiza que el niño nunca vaya padecer estrés.

En este afecta también que a medida de que pasa el tiempo las responsabilidades en los niños ya se hacen más notorias tanto a nivel familiares, como son los divorcios o separaciones de sus padres pueden ser también factores de riesgo para padecer estrés.

Entre otros aspectos como el fallecimiento de un ser querido, el nacimiento de un hermano, periodos de hospitalización, cambios en el ámbito escolar o problemas con sus amistades también pueden exponer al niño a padecer periodos de estrés.

Martínez, A. M. (2005). Salud física. En L. Ezpeleta (Ed.), Factores de riesgo en psicopatología del desarrollo (pg. 177-202). Barcelona: Masson.

2.2.1.4 Consecuencias del estrés

Actualmente la educación genera más presión a los niños y sus consecuencias más visibles en la infancia pueden incluir alguna de las siguientes circunstancias:

- Fracaso escolar
- Sentimientos de abandono o de no ser querido
- Falta de convivencia con sus pares
- Evita jugar o relajarse.
- Conductas agresivas.
- Indisciplina

El estrés produce un cambio en el comportamiento cotidiano del niño. Las respuestas emocionales y sociales son tan evidentes como las fisiológicas, ya que se observan fácilmente en la conducta del niño, principalmente porque éstos son mucho más expresivos que los adultos.

En cuanto a los patrones de conducta que los niños tienen ante el estrés, se detecta varias consecuencias que podrían alterar en la vida futuro de él, como son:

CONSECUENCIAS DEL ESTRÉS INFANTIL EN EL ÁMBITO DE CONVIVENCIA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 4 AÑOS DE EDAD, DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL “SAN BARTOLOMÉ”, DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO , 2018.

Respuesta Dependiente: falta de autoconfianza, dificultad para aceptar las críticas, pobre en asertividad, poca participación en actividades.

Respuesta Reprimida: mucha sensibilidad, fácilmente se molestan o se les hieren sus sentimientos, temerosos ante nuevas situaciones, poca confianza en sí mismos, preocupados innecesariamente.

Respuesta Pasivo-Agresiva: frecuentemente son niños de bajo rendimiento académico, tienden a postergar sus deberes; poco cooperativos, despistados; sus notas tienden a bajar.

Respuesta Impulsiva: exigente, desafiante, de temperamento explosivo; iniciarán incomodidad o molestia en sus interacciones con otros niños; pueden ser muy activos y descuidados en su trabajo escolar. (Merino Soto Cesar, 1999)

El primero de los estudios, llevado a cabo por investigadores de la Universidad de California, concluye que un entorno social estresante deja huellas duraderas en los cromosomas. Así como también las consecuencias de los ambientes estresantes viene determinada por variaciones genéticas en las vías que procesan dos transmisores químicos en el cerebro como es la serotonina y la dopamina.

El otro trabajo lo han llevado a cabo investigador de la Facultad de Medicina Weill Corner (Nueva York) y de la Universidad de California. Según este segundo estudio, el cuidado inadecuado de los pequeños altera de forma permanente los circuitos cerebrales que procesan las respuestas de temor, lo que los hace emocionalmente más reactivos.

Según los resultados, se producen alteraciones persistentes en el circuito y función de la amígdala, la estructura cerebral encargada de procesar el miedo y las emociones. Además, estos efectos no son reversibles cuando se elimina la causa del estrés ni disminuyen al desarrollarse otras áreas del cerebro implicadas en la regulación emocional, como la corteza pre frontal.

Los científicos comprobaron que el estrés temprano modifica la regulación del miedo cuando se quiere lograr algún objetivo. Es decir, la posibilidad de que la motivación pueda ser mayor que el miedo y ayude a alcanzar un objetivo propuesto. En este sentido, la psicología evolutiva ha demostrado que la capacidad exploración de los bebés desde que gatean está relacionada con un apego seguro a los padres. Cuanto más confiados son respecto al afecto y cuidado de la figura de referencia, paterna o materna, más se aventuran a alejarse de su proximidad para explorar cosas que les interesan.

Es decir que recibir cuidados desorganizados e imprevisibles en los primeros años de vida puede alterar la regulación emocional de forma permanente con independencia de los factores genéticos y ambientales. (Llavina Nuria , 2014)

2.2.1.7 Ámbitos de estrés en la infancia.

Al abordar el estrés infantil, es importante destacar que dicho estrés suelen estar relacionados con el contexto tanto familiar como escolar y también expuesto a la salud del niño y niña.

2.2.1.7.1 Escuela

Se ha identificado en los alumnos de educación preescolar, una serie de eventos referentes al ámbito escolar que pueden actuar como factores estresantes. Estos son:

- Ser rechazado por los iguales.
- Ser molestado por niños mayores.
- Ser el último en alcanzar una meta.
- Ser ridiculizado en clase.
- Cambiarse de centro escolar.
- Exceso de demandas escolares.

2.2.1.7.1 Familia

Los factores familiares más estresantes que se han detectado en la población infantil recaen básicamente en:

1. El nacimiento de un hermano.
2. Conflictos en la relación con los padres.
3. Fallecimiento de abuelos o amigos próximos.

4. enfermedad graves de algún miembro de la familia.
5. Cambio de domicilio.
6. Tensiones y dificultades que afecta a los padres en el ámbito laboral, económico o matrimonial.

2.2.1.7.2 Salud

(McPherson en 2004), subrayó que el dolor y la enfermedad pueden constituir una de las principales fuentes de estrés para los niños.

(Jewett y Petterson, s.f) destacaron la hospitalización como el estresor más relevante en la población infantil, y la enfermedad crónica como un estresor que puede afectar tanto al niño como a su conjunto familiar. (Del Barrio, M. V, 1997).

2.2.1.9 Prevención del estrés en la infancia

La prevención del estrés infantil requiere controlar muchos aspectos diversos que configuran la vida del niño, y en especial, esos que están relacionados con los tres ámbitos que acabamos de comentar.

En primer lugar, es necesario que los padres se presenten como a modelos a seguir para sus hijos, por lo que estos deben ser capaces de gestionar adecuadamente sus estados de ansiedad y sus periodos de estrés delante del niño.

Si no se cumple este primer requisito, el niño puede aprender a responder antes los factores externos de misma forma que sus padres, por lo que será más vulnerable a padecer estrés.

Así mismo, actitudes positivas como la paciencia, la alegría, la tranquilidad, la calma y la capacidad reflexiva de los padres hacia su hijo, ayudan al niño a desarrollar actitudes parecidas ante sus factores externos y permiten poseer más recursos para evitar estados de estrés.

2.2.1.8 Convivencia Escolar

La convivencia escolar es la acción de vivir en compañía de otras personas en el ámbito escolar de una manera pacífica y armónica. Es decir al conjunto de relaciones interpersonales que se da entre toda la comunidad educativa, el cual debe enfocarse en el logro de los objetivos educativos y su desarrollo integral.

Un clima escolar positivo se construye en base de los docentes, personal administrativo, familia, y niños los cuales construyen procesos de aprendizaje y los cuales deben tener en cuenta que la convivencia no implica ausencia de conflictos, ya que en todo grupo social y mas si hablamos de niños de preescolar se presentan este tipo de situaciones debido a diferencias que pueden convertirse en motores de transformación y cambio continuo en su desarrollo tanto cognitivo como social y personal.

Existe una estrecha relación entre la convivencia escolar y los procesos de aprendizaje, ya que es aquí donde se mantienen mejores relaciones entre toda la comunidad educativa ya que los ambientes en los que se aprende son más participativos

e incluyentes teniendo mejores resultados académicos. (SULAY VASQUEZ, YUDITH MENDOZA, YALENA ZÁRATE, 2014)

2.2.1.8.1 Características emocionales de niños de cuatro años de edad

Esta área involucra un proceso mediante el cual el niño adquiere conductas, y construye creencias, normas, actitudes y valores; propios del medio familiar y cultural en el que se desenvuelve; con el propósito de establecer relaciones armoniosas consigo mismo, con los demás y con el medio que le rodea.

El neurodesarrollista Luis López, agrega que el niño de cuatro a cinco años prueba diariamente, es el chiquillo típico de no haga eso. A esta edad puede ser un niño berrinches oposicional, que saca de casillas a todo mundo, el que dice “yo no quiero”, “yo no como”, el que le punza los ojos a los hermanos, etc; es un niño difícil, capaz de imponerse. Según este especialista a esta edad el niño aún no tiene reglas establecidas, apenas las está construyendo en su relación con la gente (Comunicación personal, abril 19, 2000).

Al respecto la psicóloga Ana Teresa León afirma que a esta edad el niño sigue demandando una enorme cantidad de atención, necesita de contacto y afecto físico (Comunicación personal, mayo 17, 2000). Según Fonseca, estos niños son sumamente sensibles y perciben mucho la aceptación del adulto hacia ellos, razón por lo cual dicha aceptación es muy importante (Comunicación personal, marzo 15, 2000).

López considera que este grupo de edad suele ser muy heterogéneo en patrones de desarrollo, por eso se le debe ayudar a estructurar reglas. Los niños entre cuatro y cinco años pueden sufrir de aislamiento por las condiciones de la sociedad, ya que tienen

pocas posibilidades de actuar con otros niños de su misma edad, porque generalmente permanecen en su casa, al no asistir a un centro infantil (Comunicación personal, abril 19, 2000).

- A esta edad los niños son egocéntricos, y quieren que el mundo gire a su alrededor, pero ya es capaz de compartir juegos y juguetes con otros amigos o compañeros.
- Participan en juegos con otros niños de su misma edad y les gusta su compañía.
- Empiezan a mostrarse independiente, pero es normal que en ocasiones muestren ciertas inseguridades ante situaciones y personas desconocidas.
- Necesitan sentirse importantes para las personas de su entorno.
- Reconocen las emociones y sentimientos de los demás.
- Muestran actitudes de protección ante los más pequeños.
- Les gusta hacer encargos y asumir responsabilidades en las tareas domésticas y escolares. De aquí que sean importante la figura de los “encargados” en las aulas.
- Les gusta que los elogien cuando hacen las cosas bien, pero todavía no son capaces de reconocer sus errores.
- Son fantasiosos y es probable que tengan algún amigo imaginario. Esta es la edad en la que aparecen con mayor frecuencia.
- Mezclan fantasía con realidad.
- Son capaces de interrumpir una tarea que les interesa y volver a retomarla después.

Aunque empiezan a controlar en cierto sentido su conducta y sus impulsos, es frecuente que vuelvan a aparecer las rabietas. Quieren imponer sus deseos desafiando a los padres, y aquí debemos seguir actuando con paciencia y mano izquierda, recordemos que son todavía muy pequeños y que nosotros como adultos los estamos educando.

2.2.1.9 Factores que facilitan la convivencia escolar

Un clima escolar positivo por los miembros de la comunidad educativa, determina relaciones interpersonales en el niño, buscando así normas claras basadas en valores institucionales y coherentes ayudándole al niño a facilitar la convivencia armónica en su entorno. (SULAY VASQUEZ, YUDITH MENDOZA, YALENA ZÁRATE, 2014)

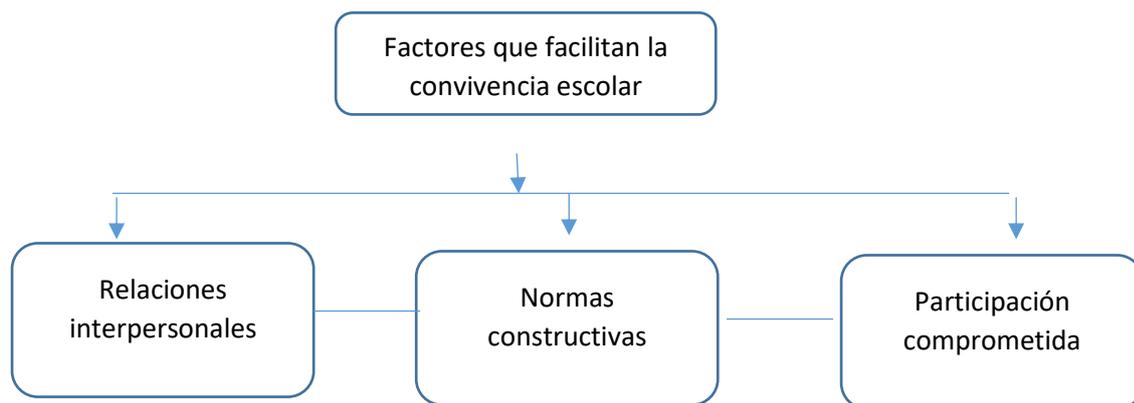


Figura N° 1 Factores que facilitan la convivencia escolar

Elaborado por: LAVERDE, Fernanda

Las relaciones interpersonales deben ser de colaboración, basada en el respeto de los derechos y deberes y en la solución de conflictos entre todas las instancias y miembros de la comunidad educativa.

La participación de los niños debe ser libre y espontánea a través de espacios, actividades y oportunidades apropiadas para su desarrollo y para la aceptación y adaptación al medio en el que se desarrolla. (SULAY VASQUEZ, YUDITH MENDOZA, YALENA ZÁRATE, 2014)

2.2.1.9 Factores que alteran la convivencia escolar

Los factores que alteran o dificultan un clima adecuado de convivencia en la escuela, son la agresividad, la disrupción en el aula, el estrés docente, la falta de autoridad, el autoritarismo y la desmotivación del educando y el rechazo a los contenidos de enseñanza. (SULAY VASQUEZ, YUDITH MENDOZA, YALENA ZÁRATE, 2014)

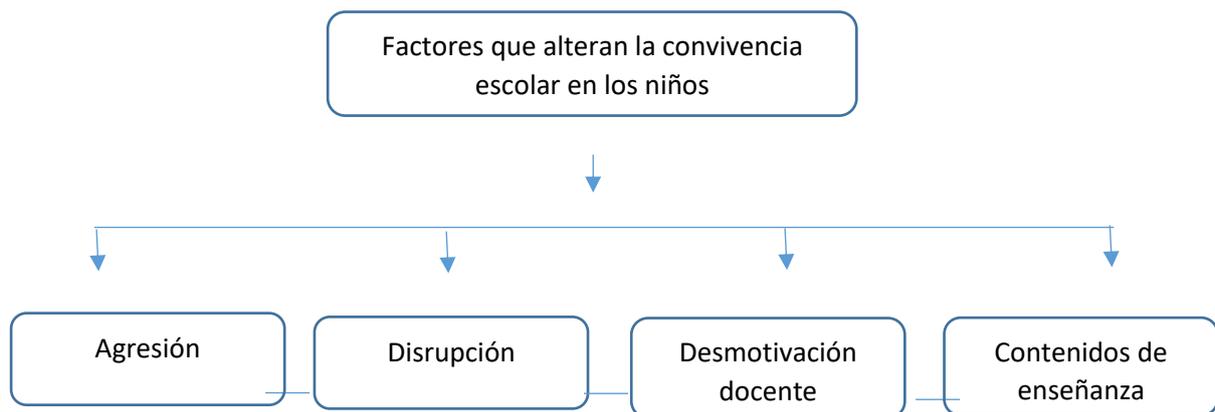


Figura N° 2 Factores que alteran la convivencia escolar

Elaborado por: LAVERDE, Fernanda

La Agresión ocurre como respuesta o reacción natural a una estimulación previa generalmente dañina o de carácter aversivo. Es considerada como una conducta de tipo reactiva.

La disrupción en el aula esta puede considerarse como un factor importante que dificulta, impide y entorpece el clima de convivencia en el aula, está relacionado con un conjunto de comportamientos y actitudes inadecuadas que perturban el normal desarrollo de las clases, obstaculizando el adecuado proceso enseñanza-aprendizaje.

El estrés docente o Síndrome de Burnout, también conocido como el síndrome del quemado o desgaste profesional, es un trastorno crónico de carácter psicológico, asociado a las demandas del trabajo y a las propias relaciones interpersonales que las labores demandan. Una situación de convivencia adecuada en el aula, requiere que las relaciones entre docente y educandos sean conducidas de manera óptima y apropiada. (SULAY VASQUEZ, YUDITH MENDOZA, YALENA ZÁRATE, 2014)

2.2.2 Mejora de la convivencia escolar

Toda acción que involucre un compromiso de prevención y mejora en la escuela y el aula de clases puede mejorar la convivencia entre los niños y porque no evitar el estrés en la infancia temprana, disminuyendo posibles complicaciones en el futuro.

2.2.2.1 Educación con Valores

Educar en sentimientos, actitudes y valores, implica considerar como parte de ellos el desarrollo valores ligados a las relaciones interpersonales que se dan día a día durante la convivencia en la escuela.

Se debe trabajar de manera directa y explícita el conocimiento interpersonal, el conocimiento de uno mismo y de los demás en su condición de personas, para evitar hacer daño y ser herido.

Estar relacionado con el fortalecimiento de la empatía y el altruismo, implica tener en consideración:

- El respeto a la vida y el derecho propio de los demás
- -La tolerancia y el diálogo
- La justicia y la igualdad
- La autoestima y aprecio mutuo
- La solidaridad y la ayuda
- La libertad y la responsabilidad
- La alegría y la felicidad

(SULAY VASQUEZ, YUDITH MENDOZA, YALENA ZÁRATE, 2014)

2.2.3 Estrategias para mejorar la convivencia escolar

2.2.3.1. Estrategia

Desde la innovación educativa se puede trabajar en el centro y sobre todo a nivel de aula, en la elaboración de procedimientos que, oportunamente aplicados sobre cualquier contenido o materia curricular, contribuyan por sí mismos a la mejora de la convivencia y la resolución de conflictos. Algunos de estos procedimientos básicos son: el desarrollo de la autoestima, el entrenamiento a través del trabajo cooperativo y un programa de habilidades sociales. (J.A. Binaburo, 1993)

2.2.3.1.1 Juegos Cooperativos

El juego cooperativo es un instrumento educativo que fomenta valores como la ayuda mutua, la confianza en los demás, la tolerancia y la búsqueda de consensos entre sus pares.

Maite Garaigordobil, una de las autoras más reputadas en esta temática, “genera aportes positivos al desarrollo individual y a las relaciones socio afectivas y de cooperación intra grupo en el contexto del aula, lo que evidencia el carácter pedagógico centrado en fomentar las conductas pro sociales”.

Además, subraya que “las actitudes de colaboración llevan asociadas el desarrollo del auto concepto, de la empatía, del aprecio hacia uno mismo y hacia los demás, de la comunicación, las relaciones sociales, además aumenta la alegría, ya que desaparece el miedo al fracaso y a ser rechazado por los demás”. (SULAY VASQUEZ, YUDITH MENDOZA, YALENA ZÁRATE, 2014)

2.2.3.1.2. Rodamos estiradas

- Se necesita un sitio muy amplio, se le recuerda cómo se rueda por el suelo individualmente, se le enseña a rodar por parejas, se ponen de pie mirándose.
- Se dan la espalda.
- Dan un paso adelante.
- Se sientan en el suelo.
- Se tumban en el suelo.
- Elevan los brazos y se dan las manos mutuamente.

- A partir de esta postura con las cabezas próximas y los pies alejados, ya pueden rodar en la misma dirección sin soltarse las manos.
 - Luego lo hacen otras parejas, una por una procurando que lo hagan todas las niñas y niños. Después intentarán rodar por parejas tocando los pies de una niña con los pies de la otra para lo cual se tumbarán con las cabezas alejadas.
- (DEPORTES COOPERATIVOS,2008)



Figura N° 3

Fuente: <http://www.educarueca.org/spip.php?article641>

2.2.3.1.2. A TAPAR LA CALLE

Es un juego típico para realizar en la calle o en un pasadizo amplio. Nos vamos agarrando todas unas con otras por el brazo juntándonos bien formando una hilera a lo ancho del lugar y canturreamos rítmicamente:

A tapar la calle.

Que no pase el aire.

Que pasen mis abuelos Comiendo buñuelos.

Que pasen mis abuelas Comiendo ciruelas.

Que pasen mis amigas Comiendo sandías. Que pase todo el pueblo Por los agujeros.

¡Nos ponemos de rodillas!

Sin soltar los brazos, nos estiramos dejando huecos para que pasen las demás.
(DEPORTES COOPERATIVOS, 2008)



Figura N° 4

Fuentes: <http://educacionfisicaeneljardin.blogspot.com/>

2.2.3.1.3. RODAR POR PAREJAS AL TRESBOLILLO

Una persona se tumba normal y la otra se tumba colocando su cabeza a la altura de los pies de la anterior y sus propios pies alejados de manera que quedan a la altura de la cabeza de su compañera.

Ambas abrazan los pies de su compañera por los tobillos y comienzan a rodar en la misma dirección pasando una por encima de la otra.



Figura N° 5

Fuente: https://www.google.com.ec/search?rlz=1C1CHBD_esEC806EC806&biw

2.2.3.1.4 Actividad Física

Es fundamental realizar actividad física con un sinnúmero de actividades que ayuden al niño a desenvolverse y relacionarse con sus pares ayudándole a desarrollarse

de la mejor manera en su entorno inmediato así también como ser más paciente, más cauteloso, más sensible y más seguro a la vez .

Estas actividades se las realiza en compañía de su maestra y en algunas ocasiones con sus padres mejorando la convivencia con sus compañeros de clase como con la docente y en familia, en su hogar.

Tabla N° 1 Actividad Física

Actividad	Duración
El juego del limón. Hacer como que exprimimos un limón imaginario con la mano y así la tensamos y destensamos varias veces y con los dos brazos.	5 min
Animales perezosos. Nombraremos distintos animales (gato, perro, oso,...) y les diremos que tenemos que estirarnos y con esto ayudaremos a estirar el cuerpo y así varias veces cambiando de animales para que sea más dinámico.	8 min
La tortuga que se esconde. Consiste en ser tortugas y ayudada por un cuento hacer que esconden la cabeza y los hombros dentro del caparazón	10 min
Mosca pesada. Consiste en atarles las manos a los alumnos con un pañuelo para que no puedan usarlas y decirles que la mosca pesada se nos posa en la nariz, en la frente, en el cachete,... diferentes partes de la cara y también del cuerpo y tienen que arrugarse y contraerse para espantarla.	5 minn
Chicle gigante Consiste en masticar un chicle gigante imaginario para mover la mandíbula y cuando el chicle desaparece relajamos la mandíbula y así un par de veces hasta relajar por ultimo todo el cuerpo.	5 min
Estómago duro Consiste en acostarnos en el suelo y poner el estómago lo más duro posible para que el gran elefante que huye pase por encima sin escacharnos, cuando este pase relajamos el estómago para comprobar la sensación de bienestar.	5 min
Cruza la valla. Con las barras haciendo de valla tendremos que pasar entre medio pero al estar tan juntos tenemos que meter la barriga lo más que podamos para cruzarla.	10 min
La hormiga y el león La hormiga es pequeña y respira despacio y lento, pero en cambio el león que es grande y fuerte necesita respirar rápido y fuerte. Los niños aprenderán que la respiración adecuada es la de la hormiga.	5 min
Nos relajamos Nos tumbaremos en el suelo y poniéndoles música relajante, empezaremos a ponerles en situación, que estamos en un prado, que somos mariposas (hacemos movimientos flojos como la mariposa), etc.	10 min
Frente al espejo. Vamos sacando de uno en uno a cada niño y se pondrán frente a sus compañeros para hacer el espejo todos les seguirán y tendrán que hacer movimientos lentos para todos los de más imitarle.	15 min
Mi corazón hace bum-bum Con esta actividad lo que pretendemos es que nos niños sientan el latido de su corazón y vean como esta cuando estamos relajados y cuando estamos alterados. En este caso con su propia mano haremos que intenten notar el pulso en reposo.	5 minn
Juego a carcajadas Los niños se tienen que dividir en 2 grupos. El primero tiene que hacer todo lo posible por estar serio, mientras el otro grupo hacen acciones o gestos para ocasionarles risas. Existe un tiempo límite para esta actividad, deber ser realizada por unos cuantos minutos, para que después el otro grupo pueda realizar lo mismo que el anterior.	10 min

Elaborada por: LAVERDE, Fernanda, juegos físicos por:[RUIZ RAQUEL, 2010)

2.2.3.1.2 Juegos Individuales

Se denomina juego individual al que realiza el niño sin interactuar con otro niño aunque esté en compañía de los otros. Individualmente el niño juega explorando y ejercitando su propio cuerpo -juego motor- también explora los objetos cercanos y con lo que le ponemos a su alcance.

Cuando se habla de juegos individuales se hace referencia específicamente a aquellos en que un niño juega ejercitando un aspecto motor o estimulando su senso percepción. Aquí la competencia aparece muy diluida, salvo en juegos de lucha, porque el objetivo es probar sus capacidades y desarrollarlas.

Este tipo de juegos le permite al niño, en relación consigo mismo, desarrollar: La confianza en sí mismos. Autoestima. El disfrute de la vida al aire libre y en la naturaleza. La aceptación de los diferentes niveles de destreza alcanzados. (Mullins Tomas,2014)

2.2.3.1.2.1 Juego del Te

Tanto el docente o la docente que orienta a niños y niñas; debe ser una persona con un grado muy alto de creatividad al momento de estar al frente de sus niños y niñas, ya que cada cabecita de cada uno de esos niños y niñas es un mundo muy diferente, que puede estar atravesando por un problema distinto.

Carlos Varela (2002), docente del programa para el mejoramiento de la convivencia escolar propone el “té” como mejora de la autoestima en los niños y niñas; ya que cuando se mantiene un nivel muy bajo de autoestima, se muestran poco sociables, aislados, agresivos, con dolor y un sinnúmero de síntomas que se presentan al

atravesar un grado de estrés en la convivencia armónica. Por lo que, sugiere el té como estrategia lúdico – didáctica para fortalecer la autoestima y la titula:

Lo mejor para la autoestima es el té

- Quiere – te
- Perdona – te
- Ama – te
- Sonríe - te
- Regala - te
- Consiente – te
- Educa - te
- Cuida – te
- Supera – te
- Y valora – te

(SULAY VASQUEZ, YUDITH MENDOZA, YALENA ZÁRATE, 2014)

2.2.3.1.2.2 Yoga

Los niños, al igual que todas las personas, viven en una sociedad que impone un ritmo de "vida estresante. Esta presión y competencia con que crecen los hace convertirse en pequeños adultos, con horarios, rutinas y normas estructuradas.

El yoga surge para ellos de la misma manera que para sus padres como un espacio para recuperar la energía y relajarse, cabe señalar que enseñar yoga a los niños se puede dar cuenta de que para ellos estirar el cuerpo, respirar y relajarse son actividades naturales es muy beneficioso para evitar el estrés y conflictos personales y

logrando así conectarnos con nuestros cuerpo, mente y espíritu. [Macarena Kojakovic, 2005)

2.2.3.1.2.2.1 Postura del indio

La práctica de yoga la iniciamos siempre en la postura del indio. Trata de permanecer un minuto o más en silencio y concentrado en tu respiración (inhalación y exhalación por la nariz). Imagina que eres una foca gigante y no te puedes mover, trata de vaciar tu mente alejando los pensamientos. Para ello concéntrate en el sonido de tu respiración y en las sensaciones de tu cuerpo: si tienes frío o calor, cómo sientes tu espalda y qué partes de tu cuerpo están en contacto con el piso.

Entre los beneficios que brinda esta postura son la de eliminar la ansiedad y relaja los músculos, además de enfocar la atención en la respiración. [Macarena Kojakovic, 2005)



Figura N° 6 Posturas del Indio

Fuente: <http://miaceduca.es/wp-content/uploads/2017/03/yoga-para-ninos.pdf>

2.2.3.1.2.2.2 Jalea

Muévete como si fueras una enorme jalea de frambuesa que tiembla y tiembla. Imítalo y verás lo divertido que resulta sacudir y mover tu cuerpo como si fueras una jalea de verdad. Si tienes pena, rabia o simplemente estás cansado, prueba un par de minutos con estos ejercicios, te aseguro que finalmente te vas a reír.

Los beneficios son el de ayudar a soltar y calentar el cuerpo, alivia tensiones, otorga energía y además es muy divertido. [Macarena Kojakovic, 2005)



Figura N° 7

Fuente: <http://miaceduca.es/wp-content/uploads/2017/03/yoga-para-ninos.pdf>

2.2.3.1.2.2.3 Árbol

El niño imagina que es un árbol y está en un bosque, tiene miles de años y sigues ahí estable, tranquilo y fuerte. Sus pies son las raíces que necesitan estar conectados con el piso para no caerse, sus piernas son el tronco y tus brazos las ramas en las que pueden crecer flores o frutas. Estírate y siente cómo tus ramas llegan hasta el cielo.

Los beneficios de la técnica del árbol en los niños es que ayuda a desarrollar el equilibrio, la concentración, además de generar una sensación de calma, fortalece los pies y las piernas, ayuda a abrir el pecho. [Macarena Kojakovic, 2005)



Figura N° 8

Fuente: <http://miaceduca.es/wp-content/uploads/2017/03/yoga-para-ninos.pdf>

2.2.3.1.2.2.4 Triángulo

Se puedes dar cuenta de que en todos lados podemos ver la forma de un triángulo: en los techos de las casas, en los cerros o montañas, en las esquinas y en muchas otras cosas más. Con tu cuerpo puedes formar un triángulo y probar lo fuerte, estable y relajante que puede ser esta forma geométrica.

Entre los beneficios en el niño encontramos que alivia el estrés y además puede ser usada como postura terapéutica para la ansiedad. [Macarena Kojakovic, 2005)



Figura N° 9

Fuente: <http://miaceduca.es/wp-content/uploads/2017/03/yoga-para-ninos.pdf>

2.2.3.1.2.3 Respiración

Es importante una buena respiración ya que el aire entra por las fosas nasales masajeando el cerebro a través de los senos nasales, así como el aprende a sentir que el aire, no sólo llena los pulmones, sino que respiras con todo tu cuerpo experimentando un profundo bienestar.

Algunos beneficios de una respiración amplia y controlada:

- Permite la oxigenación de cada célula de tu cuerpo.
- Oxigena el cerebro ayudando a la concentración y la memoria.
- Neutraliza los efectos de las emociones.

- Purifica y calienta el aire que entra a tu cuerpo.)Savitari,2008)

Para realizar ejercicios de respiración en los niños hay que tener en cuenta varios aspectos importantes como son:

- A) La posición del niño.
- B) La forma de respirar.
- C) La duración de cada ejercicio
- D) El número de veces que se hará repetir.

2.2.3.1.2.3 .1 La Posición del Niño

El niño estará de pie, con el tronco en posición vertical y los brazos a los costados, también podrá estar sentado aunque es preferible la primera forma. La ropa no le impedirá el libre juego de los movimientos torácicos. También puede realizar los ejercicios en posición horizontal en una cama con la cabeza en un plano superior. Se procurará que la sala de reeducación esté bien ventilada durante la realización de los ejercicios respiratorios.

2.2.3.1.2.3.2 La Forma de Respirar

La inspiración será nasal, profunda y regular, no debe ser entrecortada, sino realizada en un solo movimiento llenando en primer término la base de los pulmones y haciendo descender el diafragma. El aire será retenido algunos segundos en los pulmones, realizando después la espiración, que puede ser nasal o bucal

2.2.3.1.2.3.3 La duración de cada ejercicio

Debe procurarse que la inspiración dure de 6 a 8 segundos, se retendrá en los pulmones de 2 a 3 segundos, para realizar la espiración de 8 a 10 segundos.

2.2.3.1.2.3.4 La Repetición

Se repetirá cada ejercicio de 3 a 6 veces. Se pueden elegir cada día uno o dos ejercicios que vayan presentando una dificultad creciente. . [Alcobendas y salud 2011)

2.2.3.1.2.3.5 Actividades de Respiración y Soplo

- Inspiración nasal, lenta, profunda y regular. Retención del aire. Espiración nasal lenta en la misma forma.

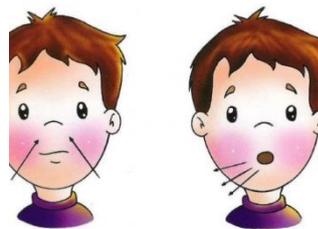


Figura N° 10

Fuente: <https://www.pictoeduca.com/leccion/14/dislalia-funcional-del-rotacismo/pag/88>

- Inspiración nasal, lenta, dilatando las alas de la nariz. Retención del aire.
Espiración nasal lenta, regular y completa.



Figura N° 11

Fuente: <https://logopedicum.com/producto/enganxines-respiracio-nasal/>

- Inspiración en la misma forma que el anterior. Retención del aire. Espiración nasal, rápida y continua.
- Inspiración nasal, lenta y profunda. Retención del aire. Espiración bucal en la misma forma.
- Inspiración nasal lenta, ensanchando las alas de la nariz. Retención del aire. Espiración bucal lenta y completa, tratando de expulsar la mayor cantidad de aire.
- Inspiración nasal de la misma forma que el ejercicio anterior. Retención del Aire. Espiración bucal rápida.
- Inspirar por la nariz y soplar fuerte sobre la mano.
- Inspirar por la nariz y soplar flojo sobre la mano.
- Inspirar por la nariz y soplar con fuerza sobre pelotitas, papeles.
- Inspirar por la nariz y soplar sobre una vela con fuerza para apagarla, a medida que vaya apagando la vela en la primera espiración, se irá alejando la vela, para que el niño aumente la intensidad del soplo.
- Inspirar por la nariz y soplar suave sobre la llama de la vela, haciéndola oscilar de forma continua todo el tiempo que dure la espiración, pero sin llegar a apagarla.
- Inspirar por la nariz y soplar con una paja o tubo, obligando a centrar el soplo en un solo punto.
- Inspirar por la nariz soplar para hacer burbujas con una pajita. (Alcobendas y salud 2011)



Figura N° 12

Fuente: <http://www.esenciadelser.com/2016/02/ninosymeditacion.html>

2.3 Fundamentación Conceptual

1.-Estrés.- Respuesta inespecífica del organismo ante cualquier exigencia, sea provocada por condiciones agradables o desagradables la cual acelera nuestro pulso tanto como un encuentro imprevisto con alguien muy querido. Así, las continuas necesidades de ajustes interno y externo (acción) para la supervivencia, movilizan nuestros recursos físicos y mentales, mediante esa respuesta general que es el estrés. (Hans Selye, 1978)

2.- Convivencia.- Acción de convivir o vivir en compañía de otro, en su acepción más amplia, se trata de un concepto vinculado a la coexistencia pacífica y armoniosa de grupos humanos en un mismo espacio para resumir el ideal de una vida en común entre grupos social, cultural, o políticamente muy diversos. (DRAE, 2007)

3.- Psíquicos.- Situación interna psicológica determinada por todos los condicionamientos procedentes de la herencia, la biología, la educación, el temperamento y el carácter de la persona que decide o el inconsciente, tiene mucho que ver con el inconsciente, puesto que es este influyente en el comportamiento humano a la luz del psicoanálisis. (Freud , 1939)

4.- Conducta.- Resultado de los fenómenos psíquicos que se expresan mediante manifestaciones corporales en el medio externo donde el sujeto se desarrolla. En contraposición con esta teoría, la *concepción materialista* expone que la conducta es un resultado de la influencia social a la que el sujeto está sometido y que se expresa a partir de las condiciones psíquicas del mismo. (Watson, 1913)

5.- Inteligencia interpersonal.- Está directamente relacionada con nosotros mismos, con nuestros pensamientos, deseos, capacidades, comportamientos, etc. Esta inteligencia nos permite ver de forma real lo que somos, lo que deseamos y como priorizamos nuestros deseos y obligaciones, para así actuar de forma conveniente (Rossi, 2010).

6.- Teoría Constructivista.- se centra en cómo se construye el conocimiento partiendo desde la interacción con el medio. (Piaget, 1979).

7.- Conductas Disruptivas.- una conducta en la que existe una violación del derecho de los demás o de las normas y reglas sociales apropiadas a la edad”. (Castro, 2007)

8.- Agresión escolar.- El uso intencional de la fuerza o el poder físico, de hecho o como amenaza, contra uno mismo, otra persona o un grupo o comunidad, que cause o tenga muchas probabilidades de causar lesiones, muerte, daños psicológicos, trastornos del desarrollo o privaciones. (OMS, 2007)

9.- Desmotivación escolar.- La falta de interés por obtener los estímulos que el medio educacional presenta a veces incluso con gran dedicación, esto es, la abulia, obedece a que el individuo no considera que esos estímulos educacionales se adecuen a sus necesidades. La producción de sentimientos negativos provenientes de la ausencia de

satisfacción genuina de sus necesidades primordiales genera en el sujeto apatía, ausencia de participación emocional, en relación a sus estudios. (CEPCI, 2018)

10.- Motivación. - La motivación es un motor interno que conecta mente y voluntad en la consecución de un plan de acción que conecta con un fin que la persona visualiza de un modo frecuente para reafirmarse a sí misma en la importancia de llevar a cabo ese esfuerzo necesario (Cecilia, 2009)

11.- Desarrollo. – La palabra desarrollo presenta acepciones diversas, se puede entender como el proceso de evolución, cambio y crecimiento relacionado con un objeto, una persona o una situación determinada (Navarro, 2010)

12.- Juego. - El juego es una actividad recreativa que llevan a cabo los seres humanos con un objetivo de distracción y disfrute para la mente y el cuerpo, aunque, en el último tiempo, los juegos también han sido utilizados como una de las principales herramientas al servicio de la educación (Ucha F., 2009)

13.- Yoga.- Capacidad de dirigir la mente hacia un objeto exclusivamente y mantener esa dirección sin ninguna distracción. (Desikachar, 1994)

14.- Estrategia.- Es una noción que aparece mencionada desde el Antiguo Testamento y cuenta con una continua y dinámica evolución semántica en el ámbito práctico y académico (Backer, 1980).

2.4 Fundamentación Legal

2.4.1 Art. 9.- Función básica de la familia.- La ley reconoce y protege a la familia como el espacio natural y fundamental para el desarrollo integral del niño, niña y adolescente. Corresponde prioritariamente al padre y a la madre, la responsabilidad

compartida del respeto, protección y cuidado de los hijos y la promoción, respeto y exigibilidad de sus derechos.

2.4.2 Art. 12.- Prioridad absoluta.- En la formulación y ejecución de las políticas públicas y en la provisión de recursos, debe asignarse prioridad absoluta a la niñez y adolescencia, a las que se asegurará, además, el acceso preferente a los servicios públicos y a cualquier clase de atención que requieran. Se dará prioridad especial a la atención de niños y niñas menores de seis años. En caso de conflicto, los derechos de los niños, niñas y adolescentes prevalecen sobre los derechos de los demás.

2.4.3 Art. 22.- Derecho a tener una familia y a la convivencia familiar.- Los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a vivir y desarrollarse en su familia biológica. El Estado, la sociedad y la familia deben adoptar prioritariamente medidas apropiadas que permitan su permanencia en dicha familia. Excepcionalmente, cuando aquello sea imposible o contrario a su interés superior, los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a otra familia, de conformidad con la ley. En todos los casos, la familia debe proporcionarles un clima de afecto y comprensión que permita el respeto de sus derechos y su desarrollo integral. El acogimiento institucional, el internamiento preventivo, la privación de libertad o cualquier otra solución que los distraiga del medio familiar, debe aplicarse como última y excepcional medida.

2.4.4 Art. 32.- Derecho a un medio ambiente sano.- Todo los niños, niñas y adolescentes tienen derecho a vivir en un ambiente sano, ecológicamente equilibrado y libre de contaminación, que garantice su salud, seguridad alimentaria y desarrollo integral. El Gobierno Central y los gobiernos seccionales establecerán políticas claras y precisas para la conservación del medio ambiente y el ecosistema.

2.4.5 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; 2. Respete las culturas y especificidades de cada región y lugar; 3. Contemple propuestas educacionales flexibles y alternativas para atender las necesidades de todos los niños, niñas y adolescentes, con prioridad de quienes tienen discapacidad, trabajan o viven una situación que requiera mayores oportunidades para aprender; 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, 5. Que respete las convicciones éticas, morales y religiosas de los padres y de los mismos niños, niñas y adolescentes

2.4.6 Art. 38.- Objetivos de los programas de educación.- La educación básica y media asegurarán los conocimientos, valores y actitudes indispensables para: 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; b) Promover y practicar la paz, el respeto a los derechos humanos y libertades fundamentales, la no discriminación, la tolerancia, la valoración de las diversidades, la participación, el diálogo, la autonomía y la cooperación; c) Ejercitar, defender, promover y difundir los derechos de la niñez y adolescencia; d) Prepararlo para ejercer una ciudadanía responsable, en una sociedad libre, democrática y solidaria; e) Orientarlo sobre la

función y responsabilidad de la familia, la equidad de sus relaciones internas, la paternidad y maternidad responsables y la conservación de la salud; f) Fortalecer el respeto a su progenitores y maestros, a su propia identidad cultural, su idioma, sus

2.4.7 Art. 41.- Sanciones prohibidas.- Se prohíbe a los establecimientos educativos la aplicación de: 1. Sanciones corporales; 2. Sanciones psicológicas atentatorias a la dignidad de los niños, niñas y adolescentes; 3. Se prohíben las sanciones colectivas; y, 4. Medidas que impliquen exclusión o discriminación por causa de una condición personal del estudiante, de sus progenitores, representantes legales o de quienes lo tengan bajo su cuidado.

Se incluyen en esta prohibición las medidas discriminatorias por causa de embarazo o maternidad de una adolescente. A ningún niño, niña o adolescente se le podrá negar la matrícula o expulsar debido a la condición de sus padres. En todo procedimiento orientado a establecer la responsabilidad de un niño, niña o adolescente por un acto de indisciplina en un plantel educativo, se garantizará el derecho a la defensa del estudiante y de sus progenitores o representantes. Cualquier forma de atentado sexual en los planteles educativos será puesto en conocimiento del Agente Fiscal competente, para los efectos de la ley, sin perjuicio de las investigaciones y sanciones de orden administrativo que correspondan en el ámbito educativo.(Código de la niñez y la adolescencia,2014)

2.5 Formulación de preguntas directrices de la investigación

El estrés infantil es un conjunto de reacciones tanto a nivel biológico como psicológico que se producen por ciertas situaciones que el niño no puede controlar, desde esta

perspectiva se considera que la población infantil resulte afectada, entonces, de qué manera afecta el estrés en niños y niñas, especialmente en el ámbito de convivencia.

2.6 Caracterización de las variables preguntas directrices de la investigación

Variable independiente: El estrés infantil

Actualmente el estrés infantil se caracteriza por cambios y adaptaciones, en la cual los niños deben haber frente a nuevas situaciones para poder superar las transiciones de una etapa a otra, la cual produce ansiedad y tensión, llevándolos a comportarse de una manera distinta a la acostumbrada, tomando en cuenta que los factores principales se encuentran en sus entorno inmediato como es la familia y la escuela.

Variable dependiente: Convivencia Escolar

El Ministerio de Educación tiene la misión de orientar las acciones educativas en función del desarrollo integral de los niños y niñas, tanto en su crecimiento personal como en su inserción activa y participativa en el entorno en el que se desarrolla, es decir, la convivencia escolar busca el respeto mutuo, la solidaridad recíproca y la interrelación armoniosa, respetando así, los derechos de los niños y niñas.

Indicadores:

Los indicadores son los siguientes:

- Factores internos
- Factores externos
- Familia

- Escuela
- Salud
- Síntomas psíquicos
- Síntomas físicos
- Síntomas conductuales
- Relaciones interpersonales
- Agresión
- Disrupción
- Desmotivación
- Estrés docente
- Educación cooperativa
- El juego cooperativo
- Juego individual
- Yoga
- Respiración

CAPITULO III

METODOLOGIA

3.1 Diseño de la investigación:

El diseño de investigación es la estrategia general que adopta el investigador para responder al problema planteado. En atención al diseño, la investigación se clasifica en: documental, de campo y experimental. (FIDIAS. G Arias,2006).

Cabe mencionar que el presente trabajo de investigación es de tipo descriptivo y se fundamentó en un carácter bibliográfico documental, debido a la información que se ha extraído de libros, documentos web, prensa escrita (revistas y periódica), entre otras. Las mismas que han servido como precedente valioso en el desarrollo de esta investigación.

Así también, la información recolectada a través de la observación en el Centro de desarrollo Infantil “San Bartolomé”, ubicado en el Distrito Metropolitano de Quito, en el transcurso del proceso de prácticas pre profesionales y la experiencia laboral adquirida en la cual me desempeño actualmente, es lo que ha permitido analizar sobre las consecuencias del estrés infantil en el ámbito escolar y como afecta en su convivencia armónica con sus pares.

3.1.1 Población y muestra

Población La población a investigar pertenece al Centro de desarrollo Infantil “San Bartolomé” en la cual se encuentran 35 alumnos, 80 padres de familia y 4 maestras de educación inicial.

Muestra La encuesta fue realizada a docentes de educación inicial II de niños y niñas de 4 años de edad siendo ellos los beneficiarios directo

3.1.2 Operacionalización de variables

Tabla N° 2 Operacionalización de variables

VARIABLES	DIMENSIONES	INDICADORES	TÉCNICA	INSTRUMENTOS
El estrés infantil	El estrés	Definición	Encuesta	Observación directa y sistemática
	Origen	Hans Selye cannon		
	Causas	Factores internos Factores externos		
	Consecuencias	Familia Escuela		
	Síntomas	Psíquicos Físicos conductuales		
	Ámbitos influyentes	Escuela Familia Salud		
Convivencia Escolar	Convivencia escolar	Características de niños de 4 años	Encuesta	Observación directa y sistemática
	Factores que facilitan la convivencia escolar	Relaciones interpersonales Normas constructivas participación		
	Desinterés académico	Familia Escuela		
	Factores que alteran la convivencia escolar	Agresión Disrupción Desmotivación Estrés docente		
	Mejora de la convivencia escolar	Educación con valores Educación cooperaciones		
	Estrategias para mejorar la convivencia	Juegos cooperativos Juegos individuales		

Elaborada por: LAVERDE, Fernanda

3.1.3 Instrumento de Investigación

Los instrumentos son los medios materiales que se emplean para recoger y almacenar la información. Ejemplo: fichas, formatos de cuestionario, guía de entrevista, lista de cotejo, escalas de actitudes u opinión, grabador, cámara fotográfica o de video, etc. (FIDIAS. G Arias,2006).

Para Vázquez y Bello, las encuestas son instrumentos de investigación descriptiva que precisan identificar a prioridad de las preguntas a realizar, las personas seleccionadas en una muestra representativa de la población, especificar las respuestas y determinar el método empleado para recoger la información que se vaya obteniendo.

3.1.4 Procedimiento de la investigación

La técnica que se aplicó a docentes del centro infantil es la encuesta, para recolectar información y evidenciar el problema existente, con un total de 10 preguntas abiertas que permiten que los docentes escoja la respuesta aproximada a su realidad, después se realiza detalladamente la respectiva tabulación de los datos recojidos.

- . • Revisión de la información.

- Tabulación de datos.

- Ordenar datos obtenidos de las respuestas de las encuestas aplicadas.

- Elaboración de tablas y gráficos estadísticos.

- Redactar análisis de cada pregunta.

3.1. 5 Recolección de la investigación.

Se realiza a través de los resultados que se obtuvo en las encuestas a los docentes y la lista de cotejo que se trabaja en clase, del centro de desarrollo infantil “San Bartolomé”, y las cuales que se evidenciara mediante gráficos valorados en porcentajes.

CAPITULO IV

PROSESAMIENTO Y ANALISIS

4.1 Procesamiento y análisis de cuadros estadísticos

1.- ¿De dónde considera usted que proviene el estrés infantil?

De donde considera usted que proviene el estrés infantil?

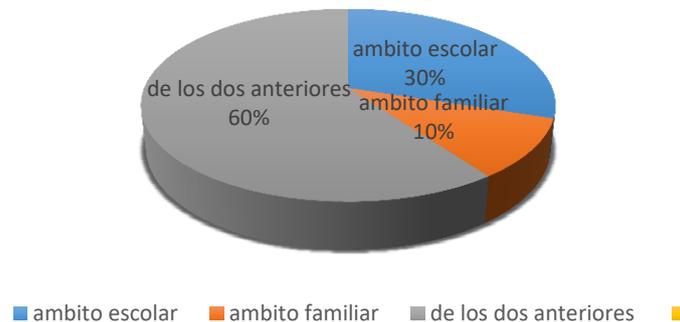


Figura N° 13 Pregunta 1

Fuente: Encuesta aplicada a docentes

Elaborado por: LAVERDE, Fernanda

El 60% de los docentes encuestados indican que el estrés infantil proviene tanto del ámbito escolar como del ámbito familiar, porque el infante convive tanto en el centro infantil como en su familia, además por la falta de iniciativa en dinámicas escolares y familiares ya que estos son los lugares donde él se desarrolla, lo que demuestra además que se ha puesto poco interés sobre el estrés en edades tempranas, mientras que el 30% indica que el estrés infantil proviene netamente del ámbito escolar, y el 10% indica que proviene del hogar. Se concluye que un porcentaje elevado de docentes considera que el estrés infantil proviene de los dos ámbitos.

2.- ¿Cuál considera usted que es la causa más común del estrés infantil? Seleccione 2 opciones

Cual considera usted que es la causa mas comun del estrés infantil? Selección 2



Figura N° 14 Pregunta 2

Fuente: Encuesta aplicada a docentes

Elaborado por: LAVERDE, Fernanda

El 41% de los docentes encuestados consideran que la causa más común del estrés infantil proviene de carencia de afectividad que se presenta tanto en el hogar como en el centro infantil por parte de su maestra y sus compañeros, ya que involucra emocionalmente en el cambio de conducta del niño. El 32% de los docentes considera que la causa más común del estrés infantil es la exigencia escolar, ésta contribuye a que sea una causa preocupante, ya que muchas veces los docentes intentan cumplir con la exigencia escolar que mantiene el currículo sin tomar en cuenta el bienestar del infante. El 27% de los docentes considera que el divorcio de los padres contribuye a que el estrés infantil sea una causa importante ya que los factores familiares que se presentan afectan emocionalmente por más pequeños que sean. Se concluye que un porcentaje elevado de docentes considera que la causa más común del estrés infantil es la carencia de afectividad tanto en el hogar como en el escolar.

3.- ¿Reconocería algunos síntomas de un niño estresado?

Reconoce alguno síntomas de un niño estresado?

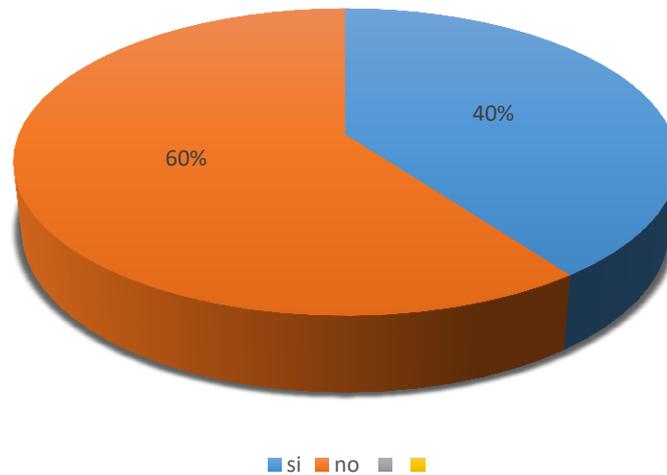


Figura N° 15 Pregunta 3

Fuente: Encuesta aplicada a docentes

Elaborado por: LAVERDE, Fernanda

El 60% de los docentes encuestados consideran que no podrían reconocer los síntomas del estrés infantil como tal, sino más bien como un tipo de conducta disciplinaria y no como un problema que podría originarse desde estos. El 40% considera que si reconocería los síntomas del estrés infantil manifestando a través de actitudes como cansancio, fatiga, llanto, sueño, agresividad, pero los mismo son considerados como un tipo de mala conducta, más no las consecuencias que esto traería en los posterior. Se concluye que un porcentaje elevado de docentes no está preparado para reconocer los síntomas del estrés en edades tempranas.

4.- ¿Usted cree que existe alguna relación entre el estrés y el aprendizaje?

Existe relación entre el estrés y el aprendizaje?

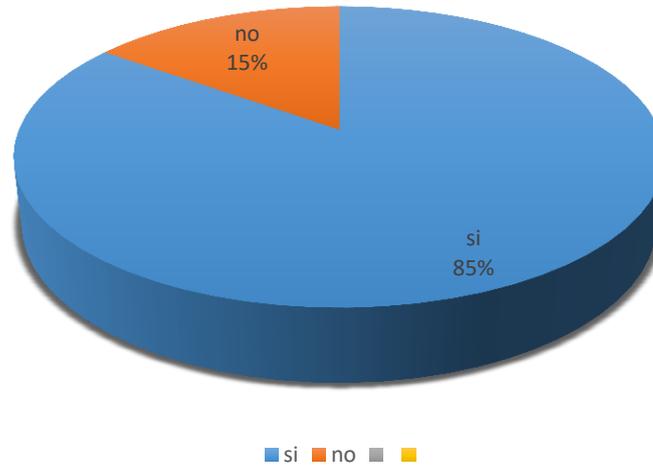


Figura N° 16 Pregunta 4

Fuente: Encuesta aplicada a docentes

Elaborado por: LAVERDE, Fernanda

Un 85% de los docentes encuestados dan a conocer que si existe relación entre el estrés infantil y el aprendizaje ya que mantiene un alto índice de estrés impide tener buen ánimo, buena predisposición e interés por las diferentes propuestas de trabajo generados, por las múltiples circunstancias que podrían estar pasando el niño. El 15 % de los docentes manifiestan que no existiría relación alguna ya que lo verían más como un problema disciplinario y no como un problema que afecte en su desarrollo emocional como cognitivo.

5.- ¿Considera usted que el estrés infantil afecta para una sana convivencia en el Centro de Desarrollo Infantil?

Considera usted que el estrés infantil afecta para una sana convivencia en el Centro de Desarrollo Infantil?

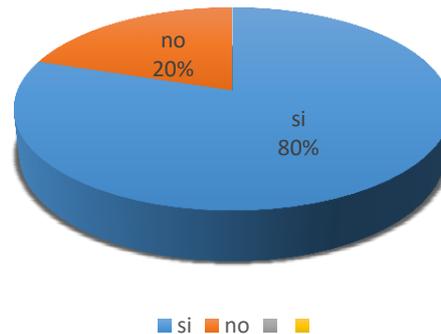


Figura N° 17 Pregunta 5

Fuente: Encuesta aplicada a docentes

Elaborado por: LAVERDE, Fernanda

El 80% de los docentes encuestados consideran que el estrés infantil en edades tempranas afecta para una sana convivencia en el Centro de Desarrollo Infantil ya sea entre los niños como con sus docentes, impidiendo que las actividades a ejecutarse se desarrollen de la mejor manera, y que los niños presentan con mal humor, llanto y reacios a realizar cualquier actividades encomendada por la docente, mientras que el 20% de los docentes encuestados manifiestan que el estrés infantil no afectaría en una sana convivencia ya que no es muy alto el número de niños y niñas que presentan estas características. Se concluye así que un alto número de docentes consideran que el estrés infantil afecta en la sana convivencia.

6.- ¿Considera usted que la convivencia en la institución es?

Considera que la convivencia en la institución es?

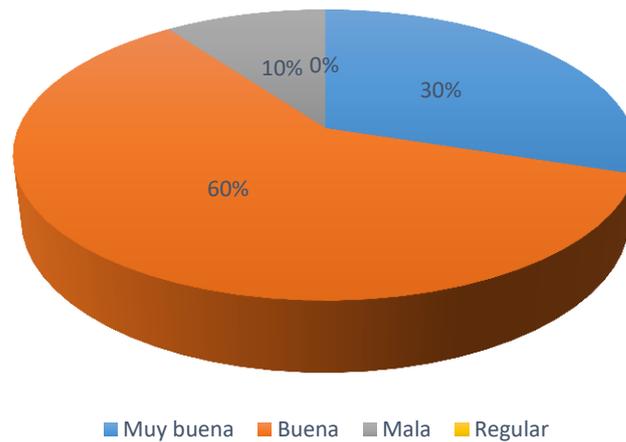


Figura N° 18 Pregunta 6

Fuente: Encuesta aplicada a docentes

Elaborado por: LAVERDE, Fernanda

El 60% de docentes encuestados consideran que la convivencia en la institución es buena ya que ponen en práctica los valores institucionales lo cual permite que la convivencia sea adecuada tanto con los docentes como con los niños, el 30% de docentes encuestados manifiestan que los niños tienen una convivencia muy buena especialmente en el aula de clase, mientras que el 10% de docentes consideran que la convivencia es mala, ya que se presentan problemas de conducta las cuales muchas de las veces no han podido ser solucionadas. De esta manera se concluye en un alto índice de docentes considera que la convivencia es buena en el Centro de Desarrollo Infantil.

7.- ¿Conoce alguna estrategia didáctica para reducir el estrés infantil?

Conoce alguna estrategia didactica para reducir el estrés infantil?

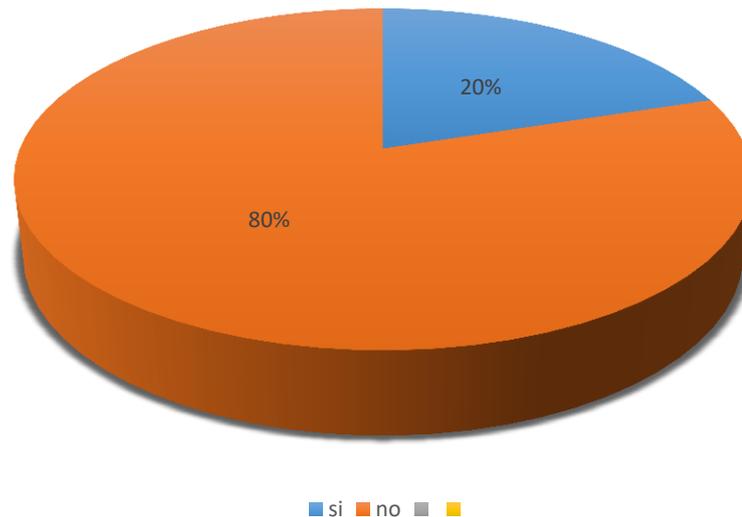


Figura N° 19 Pregunta 7

Fuente: Encuesta aplicada a docentes

Elaborado por: LAVERDE, Fernanda

El 80% de los docentes encuestados manifiestan que a pesar de tener experiencia en el área educativa desconocen estrategias didácticas que logren reducir el estrés infantil, sino más bien estrategias lúdicas que permitan manejar de alguna manera alguna situación estresante, mientras que el 20% de los docentes manifiestan conocer actividades lúdicas como dinámicas diálogos y juegos las cuales la ponen en práctica lo que les permite manejar y controlar al grupo de trabajo. Se concluye así que un alto índice de docentes manifiesta desconocer estrategias didácticas que ayuden a reducir el estrés infantil.

8.- ¿Cree usted que se debería aplicar estrategias didácticas para reducir el estrés infantil?

Cree usted que se debería aplicar estrategias didácticas para reducir el estrés infantil?

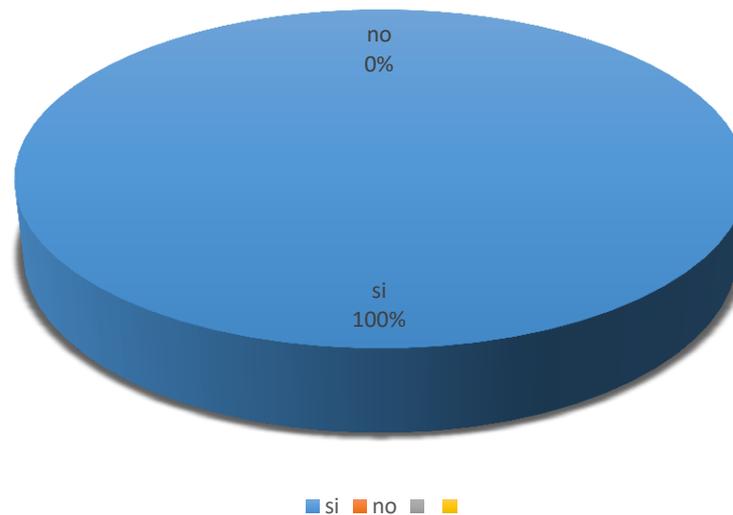


Figura N° 20Pregunta 8

Fuente: Encuesta aplicada a docentes

Elaborado por: LAVERDE, Fernanda

El 100% de docentes encuestados consideran que si existe un gran interés por conocer estrategias didácticas tanto individuales como grupales, que le permitan aplicar en su jornada diaria tanto para reducir el estrés en edades tempranas como para mejorar la convivencia entre los infantes .

9.- ¿Considera que el estrés infantil presenta consecuencias graves en el desarrollo del niño?

Considera que el estrés infantil presenta consecuencias graves en el desarrollo del niño?

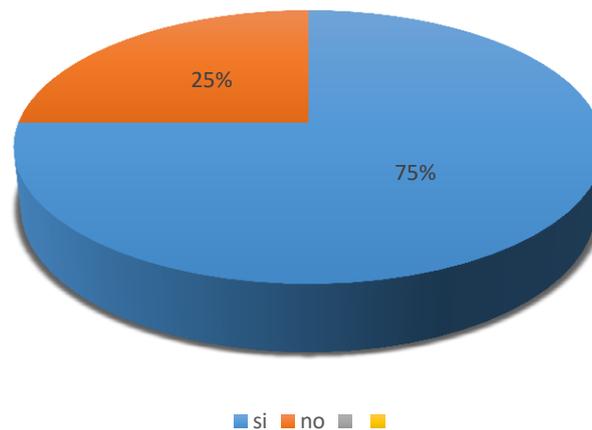


Figura N° 21 Pregunta 9

Fuente: Encuesta aplicada a docentes
Elaborado por: LAVERDE, Fernanda

El 75% de docentes encuestados consideran que el estrés infantil si genera consecuencias graves en el desarrollo tanto cognitivo, físico y emocional ya que el infante no presentan ningún tipo de motivación tanto escolar como familiar, mientras que el 25% de docentes consideran que el estrés en tempranas edades no es considerado como un problema en el desarrollo posterior del mismo. Se concluye así que un alto número de docentes considera que el estrés infantil si genera consecuencias graves en su desarrollo.

10.- ¿Cree usted que los docentes deberían ser capacitados sobre problemas que se presentan en el Centro de desarrollo Infantil?

Cree usted que los docentes deberían ser capacitados sobre problemas que se presentan en el Centro de desarrollo Infantil?

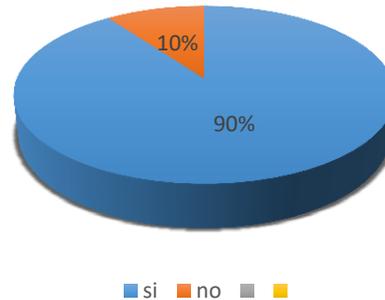


Figura N° 22 Pregunta 10

Fuente: Encuesta aplicada a docentes

Elaborado por: LAVERDE, Fernanda

El 90% de docentes encuestados consideran de suma importancia el realizarse capacitaciones constantes sobre las problemáticas tanto cognitivas como emocionales de los niños, ya que estas le permitirán tener más estrategias para poner en práctica en el trabajo con los infantes y de esta manera mejorar la conducta de todo el grupo de trabajo, mientras que el 10% de docentes encuestados consideran no ser de su interés las capacitaciones constantes antes problemas emocionales que se presente en cuento al estrés infantil. Se concluye que un alto número de docentes consideran de suma importancia las capacitaciones constantes sobre problemáticas cognitivas y emocionales.

4.2 Conclusiones del análisis estadístico

De acuerdo a la encuesta realizada a docentes del Centro de desarrollo Infantil “San Bartolomé” en el Distrito Metropolitano de Quito, se logra llegar a la conclusión de que un gran porcentaje de docentes tienen desconocimiento sobre las consecuencias que tiene el estrés infantil en su desarrollo tanto emocional como cognitivo, así como también la importancia de implementar destrezas didácticas que le permiten desarrollar de mejor manera su labor diaria.

La mayoría de docentes consideran importante capacitarse sobre problemas emocionales que presentan los niños, y de esta manera conocer cómo actuar de forma proactiva para un adecuado desarrollo infantil.

4.3 Respuestas a la hipótesis o interrogantes de investigación (preguntas directrices)

De qué manera afecta el estrés en niños y niñas, especialmente en el ámbito de convivencia?

El estrés infantil es un conjunto de reacciones, tanto a nivel biológico como psicológico que se producen en ciertas situaciones que el niño no puede controlar, por lo cual se puede notar que el estrés infantil afecta a la conducta del niño de forma temporal o permanente, por lo que es preciso detectar el tipo de interacciones que en estos entornos provocan estrés en los infantes.

Esta investigación permitió identificar la necesidad de ayudar a los docentes a pensar en nuevas actividades para propiciar la participación activa de los niños y niñas, así también como aportar buenas ideas y disfrutar de actividades en común para crear confianza y cercanía ya que cada vez, es más evidente que la adversidad en el entorno social del niño aumenta la probabilidad de desarrollar altos niveles de angustia.

Por esta razón, se crea la guía de estrategias didácticas centradas no solo en el niño, y los docentes sino también en las circunstancias sociales que se pueden presentar.

CAPITULO V

PROCESAMIENTO Y ANÁLISIS

5.1 Antecedentes de la Propuesta

En la actualidad la atención está centrada en el estrés en adultos y jóvenes mas no en el área infantil, siendo esta poco explorada ya que no se considera que los niños también sienten, y lo que parece ser un problema sencillo para un adulto, para un niño es de mucha importancia y representa en algunas ocasiones un verdadero sufrimiento.

Un niño es capaz de sentir estrés cuando siente una exigencia mayor o un cambio brusco en su entorno, muchas veces a causa de ausencia de un ser querido, el termino de un ciclo, una enfermedad crónica, de la cual puede ser generada en el hogar, en la escuela y ante la incapacidad de manejarla, es por eso que actualmente es fundamental analizar sus causas y consecuencias ya que con mayor frecuencia los pequeños están expuestos a situaciones estresantes.

Milgram (1996), Trianes (1999), las áreas en las cuales los niños experimentan estrés son en el ámbito familiar, escolar y social. Para un niño el área familiar es la más importante, ya que es donde el niño inicia su desarrollo físico, emocional y educacional.

El Centro de Desarrollo Infantil “San Bartolomé” es una institución educativa que cumple con la estructura curricular de Educación Inicial, con un eje humanístico en la formación de niños y niñas con la capacidad de afrontar problemáticas de su entorno inmediato, tan sencillo como el discutir por un juguete por alguna actividad que no sea de su agrado, logrando que estos obtengan un nivel creciente de autonomía.

5.2 Justificación

La propuesta que se desarrolla luego de la investigación realizada, parte de la inquietud de conocer algo más sobre las consecuencias graves que presenta el estrés infantil en su desarrollo la cual es aplicable con los niños y niñas de 4 años de educación inicial, y la cual a su vez pretender implantar estrategias didácticas que ayuden a los docentes a reducir el estrés en los niños y niñas, ya que existe un desconocimiento a la forma y proceder de un niño con estrés infantil y confundiéndolo a este como malcriadez o simplemente berrinche.

La investigación de este trabajo se enfocó a determinar si los docentes de nivel Inicial del Centro de desarrollo Infantil, aplican estrategias didácticas en sus clases y en el entorno de convivencia para evitar o mejora el estrés infantil y sus consecuencias en su desarrollo.

La originalidad del trabajo consiste en sugerir estrategias didácticas tanto grupales como individuales que ayuden a su vez a reducir y porque no erradicar el estrés infantil, basado a su vez en la necesidad de que los docentes de nivel inicial tengan un cambio de metodología en beneficio de los niños y niñas.

Los beneficiarios directos de este proyecto son los niños de 4 años de edad del Centro de desarrollo Infantil, ya que la base para un buen aprendizaje como una sana

convivencia radica en quien da el ejemplo es decir los docentes, por eso la importancia de capacitar a los docentes con estrategias lúdicas que permitan y faciliten el trabajo con los niños y no ser monótonos en sus actividades diarias ayudando así a erradicar en gran parte el estrés infantil en las aulas de clase, ya que tenemos presente que para reducir el estrés infantil debe haber un trabajo en conjunto entre casa y el centro infantil.

5.3 Descripción

La guía sobre estrategias didácticas para reducir el estrés infantil en el ámbito de convivencia para niños y niñas de 4 años, pretende ser un recurso didáctico para docentes del Centro de Desarrollo Infantil “ San Bartolomé”, siendo un material claro y conciso de estrategias tanto para trabajar individualmente como colectivamente en el ámbito de convivencia.

5.4 Formulación del proceso de aplicación de la propuesta

GUIA DE ESTRATEGIAS DIDACTICAS PARA REDUCIR EL ESTRÉS INFANTIL EN EL AMBITO DE CONVIVENCIA EN NINOS Y NINAS DE 4 AÑOS DE EDAD



“DIME Y LO OLVIDO, ENSENAME Y LO RECUERDO, INVOLUCRAME Y LO
APRENDO” BENJAMIN FRANKLIN

FERNANDA LAVERDE

**CONSECUENCIAS DEL ESTRÉS INFANTIL EN EL ÁMBITO DE CONVIVENCIA EN NIÑOS
Y NIÑAS DE 4 AÑOS DE EDAD, DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL “SAN
BARTOLOMÉ”, DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO , 2018.**

ÍNDICE GENERAL

DEFINICIÓN.....	6
CAUSAS.....	6
Factores internos.....	6
Factores externos.....	7
SINTOMAS.....	7
Síntomas psíquicos.....	7
Síntomas conductuales.....	8
CONSECUENCIAS.....	8
ÁMBITOS DE ESTRÉS EN LA INFANCIA.....	11
Escuela.....	11
Familia.....	11
Salud.....	12
CONVIVENCIA ESCOLAR.....	14
Factores que facilitan la convivencia escolar.....	14
Factores que alteran la convivencia escolar.....	15
ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS.....	18
Juegos cooperativos.....	18
Rodamos estiradas.....	18
A tapar la calle.....	18
Rodar por parejas al tresbolillo.....	19
Actividad Física.....	19
Juegos individuales.....	20
Juego del Te.....	20
Yoga.....	21
Postura del indio.....	21
Jalea.....	22
Arbol.....	22
Triangulo.....	22
Respiración.....	23
La Posición del Niño.....	23
La Forma de Respirar.....	23
La duración de cada ejercicio.....	23
La Repetición.....	24
Actividades de Respiración y Soplo.....	24

INTRODUCCIÓN

La presente guía es un instrumento que permite a docentes brindar estrategias didácticas viables para los niños y niñas de 4 años que presentan estrés infantil.

Las estrategias didácticas estarán vinculadas y diseñadas para que los educadores puedan ejercer nuevas estrategias de enseñanza tanto en el aspecto cognitivo como el emocional, y lograr así un aprendizaje significativo en los niños.

Lo importante de la guía es potencializar el desarrollo social y emocional de los niños y niñas con estrés infantil, en su entorno en el que se desarrolló tanto en el ámbito familiar como escolar ya que es partiendo de la cotidianidad que los niños y niñas aprenden pautas, reglas, valores hacia la sociedad, hábitos y costumbres.

La propuesta está orientada para favorecer a los niños y niñas que sufren estrés infantil en el Centro de desarrollo Infantil ya que serán incluidos en el desarrollo de actividades a través de la mediación docente y niño o niña.

Esta guía ofrece información sobre definiciones importantes, necesarias en el tema sobre el estrés infantil, las mismas que favorecen a los docentes, para canalizar de mejor forma el proceso de enseñanza aprendizaje, así como también la sana convivencia tanto con sus docentes como con sus pares.

UNIDAD I

EL ESTRÉS

CONSECUENCIAS DEL ESTRÉS INFANTIL EN EL ÁMBITO DE CONVIVENCIA EN NIÑOS Y NIÑAS DE 4 AÑOS DE EDAD, DEL CENTRO DE DESARROLLO INFANTIL “SAN BARTOLOMÉ”, DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO , 2018.

Definición

El “estrés infantil” es la tensión que se genera en los niños por la frecuente búsqueda de adaptación a su medio. Esta adaptación constante incluye un cambio continuo, y por lo tanto un choque entre las necesidades, actividades, expectativas, intereses y sentimientos de los infantes. Merino Soto César, 1999, “Visión Introductoria al Estrés Infantil”

Causas

(Stora 2000) menciona que el estrés es causado por el instinto del cuerpo de protegerse a sí mismo. Esta condición resulta de provecho en emergencias, como cuando se está en una ruta y de pronto un auto viene en dirección de colisión la persona emprende una maniobra evitadora del accidente. Pero un estímulo así puede causar síntomas físicos si continua por mucho tiempo o se repiten condiciones estresantes.

Factores internos

Los factores internos son las características que forman parte del funcionamiento mental y psicológico del niño que padece estrés. Es así como se pueden ver involucrados en el niño y niña el estrés, tanto la personalidad, como los pensamientos y las actitudes del niño.

Es por eso que cuando el niño desea enfrentarse a situaciones reales de su entorno, el niño no posee recursos que permitan adaptarse de una forma adecuada y lograr así responder ante ellos con sensaciones de estrés.

Por lo cual es estrés infantil, es generado por el mismo niño en la mayoría de veces, y en esto influye la manera de percibir al mundo en el que se rodea y de igual manera al mismo ante los demás.

Las características internas que el niño puede presentar son la ansiedad, la timidez, intentar agradar a los demás, temor a fracasar, miedo al castigo, su aspecto físico, su rendimiento académico.

Factores externos

En los niños aparece cuando son incapaces de adaptarse al medio ambiente en el que se desarrollan, actualmente la exigencias en las que el niño y la niña se ven expuestas pueden ser menos estresantes que como lo vería un adulto , sin embargo este hecho no garantiza que el niño nunca vaya padecer estrés.

En este afecta también que a medida de que pasa el tiempo las responsabilidades en los niños ya se hacen más notorias tanto a nivel familiares, como son los divorcios o separaciones de sus padres pueden ser también factores de riesgo para padecer estrés.

Entre otros aspectos como el fallecimiento de un ser querido, el nacimiento de un hermano, periodos de hospitalización, cambios en el ámbito escolar o problemas con sus amistades también pueden exponer al niño a padecer periodos de estrés.

Martínez, A. M. (2005). Salud física. En L. Ezpeleta (Ed.), Factores de riesgo en psicopatología del desarrollo (pg. 177-202). Barcelona: Masson.

Síntomas

Entre los factores estresantes podemos encontrar síntomas psíquicos, físicos y conductuales como los siguientes:

Síntomas psíquicos

- Desmotivación, desinterés.
- Irritabilidad.
- Ansiedad.
- Tedio.
- Disminución de la capacidad para pensar o concentrarse.
- Errores de memoria.
- Labilidad afectiva.

Síntomas físicos

- Alteraciones del sueño.
- Pérdida o aumento de peso.
- Malestar general.
- Cefaleas.
- Problemas digestivos.

Síntomas conductuales

- Rechazo de la escuela.
- Disminución del rendimiento.

- Aumento de los errores.
 - Incumplimiento de tareas.
 - Empeoramiento de las relaciones con los compañeros o los profesores
- (VALENTÍN MARTÍNEZ-OTERO PÉREZ,2012)

Consecuencias

Actualmente la educación genera más presión a los niños y sus consecuencias más visibles en la infancia pueden incluir alguna de las siguientes circunstancias:

- Fracaso escolar
- Sentimientos de abandono o de no ser querido
- Falta de convivencia con sus pares
- Evita jugar o relajarse.
- Conductas agresivas.
- Indisciplina

El estrés produce un cambio en el comportamiento cotidiano del niño. Las respuestas emocionales y sociales son tan evidentes como las fisiológicas, ya que se observan fácilmente en la conducta del niño, principalmente porque éstos son mucho más expresivos que los adultos.

En cuanto a los patrones de conducta que los niños tienen ante el estrés, se detecta varias consecuencias que podrían alterar en la vida futuro de él, como son:

Respuesta Dependiente: falta de autoconfianza, dificultad para aceptar las críticas, pobre en asertividad, poca participación en actividades.

Respuesta Reprimida: mucha sensibilidad, fácilmente se molestan o se les hieren sus sentimientos, temerosos ante nuevas situaciones, poca confianza en sí mismos, preocupados innecesariamente.

Respuesta Pasivo-Agresiva: frecuentemente son niños de bajo rendimiento académico, tienden a postergar sus deberes; poco cooperativos, despistados; sus notas tienden a bajar.

Respuesta Impulsiva: exigente, desafiante, de temperamento explosivo; iniciarán incomodidad o molestia en sus interacciones con otros niños; pueden ser muy activos y descuidados en su trabajo escolar. (Merino Soto Cesar, 1999)

El primero de los estudios, llevado a cabo por investigadores de la Universidad de California, concluye que un entorno social estresante deja huellas duraderas en los cromosomas. Así como también las consecuencias de los ambientes estresantes viene determinada por variaciones genéticas en las vías que procesan dos transmisores químicos en el cerebro como es la serotonina y la dopamina.

El otro trabajo lo han llevado a cabo investigador de la Facultad de Medicina Weill Corner (Nueva York) y de la Universidad de California. Según este segundo estudio, el cuidado inadecuado de los pequeños altera de forma permanente los circuitos cerebrales que procesan las respuestas de temor, lo que los hace emocionalmente más reactivos.

Según los resultados, se producen alteraciones persistentes en el circuito y función de la amígdala, la estructura cerebral encargada de procesar el miedo y las emociones. Además, estos efectos no son reversibles cuando se elimina la causa del estrés ni disminuyen al desarrollarse otras áreas del cerebro implicadas en la regulación emocional, como la corteza pre frontal.

Los científicos comprobaron que el estrés temprano modifica la regulación del miedo cuando se quiere lograr algún objetivo. Es decir, la posibilidad de que la motivación pueda ser mayor que el miedo y ayude a alcanzar un objetivo propuesto. En este sentido, la psicología evolutiva ha demostrado que la capacidad exploración de los bebés desde que gatean está relacionada con un apego seguro a los padres. Cuanto más confiados son respecto al afecto y cuidado de la figura de referencia, paterna o materna, más se aventuran a alejarse de su proximidad para explorar cosas que les interesan.

Es decir que recibir cuidados desorganizados e imprevisibles en los primeros años de vida puede alterar la regulación emocional de forma permanente con independencia de los factores genéticos y ambientales. (Llavina Nuria , 2014)

UNIDAD II

ÁMBITOS DE

ESTRÉS EN LA

INFANCIA

Ámbitos de estrés en la infancia

Al abordar el estrés infantil, es importante destacar que dicho estrés suelen estar relacionados con el contexto tanto familiar como escolar y también expuesto a la salud del niño y niña.

Escuela

Se ha identificado en los alumnos de educación preescolar, una serie de eventos referentes al ámbito escolar que pueden actuar como factores estresantes. Estos son:

- Ser rechazado por los iguales.
- Ser molestado por niños mayores.
- Ser el último en alcanzar una meta.
- Ser ridiculizado en clase.
- Cambiarse de centro escolar.
- Exceso de demandas escolares.

Familia

Los factores familiares más estresantes que se han detectado en la población infantil recaen básicamente en:

1. El nacimiento de un hermano.
2. Conflictos en la relación con los padres.
3. Fallecimiento de abuelos o amigos próximos.
4. enfermedad graves de algún miembro de la familia.
5. Cambio de domicilio.
6. Tensiones y dificultades que afecta a los padres en el ámbito laboral, económico o matrimonial.

Salud

(McPherson en 2004), subrayó que el dolor y la enfermedad pueden constituir una de las principales fuentes de estrés para los niños.

(Jewett y Petterson) destacaron la hospitalización como el estresor más relevante en la población infantil, y la enfermedad crónica como un estresor que puede afectar tanto al niño como a su conjunto familiar. (Del Barrio, M. V, 1997).

UNIDAD III

CONVIVENCIA

ESCOLAR

Convivencia escolar

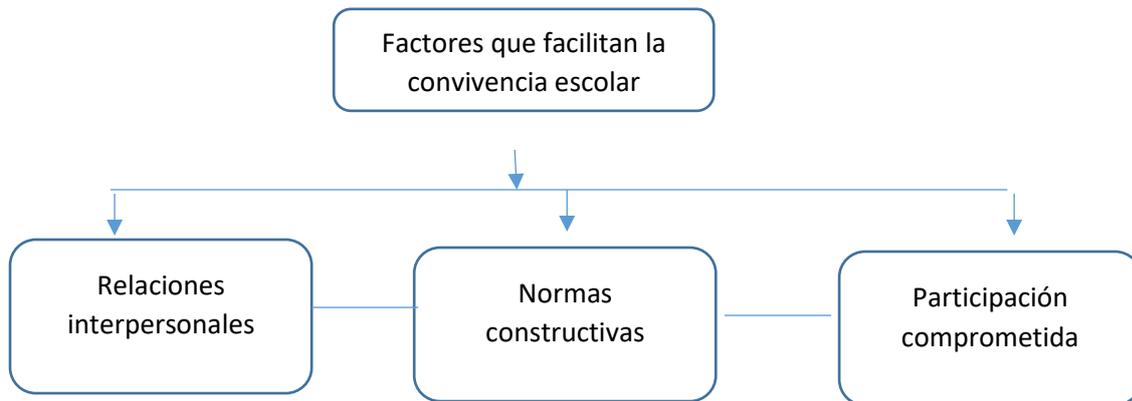
La convivencia escolar es la acción de vivir en compañía de otras personas en el ámbito escolar de una manera pacífica y armónica. Es decir al conjunto de relaciones interpersonales que se da entre toda la comunidad educativa, el cual debe enfocarse en el logro de los objetivos educativos y su desarrollo integral.

Un clima escolar positivo se construye en base de los docentes, personal administrativo, familia, y niños los cuales construyen procesos de aprendizaje y los cuales deben tener en cuenta que la convivencia no implica ausencia de conflictos, ya que en todo grupo social y mas si hablamos de niños de preescolar se presentan este tipo de situaciones debido a diferencias que pueden convertirse en motores de transformación y cambio continuo en su desarrollo tanto cognitivo como social y personal.

Existe una estrecha relación entre la convivencia escolar y los procesos de aprendizaje, ya que es aquí donde se mantienen mejores relaciones entre toda la comunidad educativa ya que los ambientes en los que se aprende son más participativos e incluyentes teniendo mejores resultados académicos. (SULAY VASQUEZ, YUDITH MENDOZA, YALENA ZÁRATE, 2014)

Factores que facilitan la convivencia escolar

Un clima escolar positivo por los miembros de la comunidad educativa, determina relaciones interpersonales en el niño, buscando así normas claras basadas en valores institucionales y coherentes ayudándole al niño a facilitar la convivencia armónica en su entorno. (SULAY VASQUEZ, YUDITH MENDOZA, YALENA ZÁRATE, 2014)



Elaborado por: LAVERDE, Fernanda

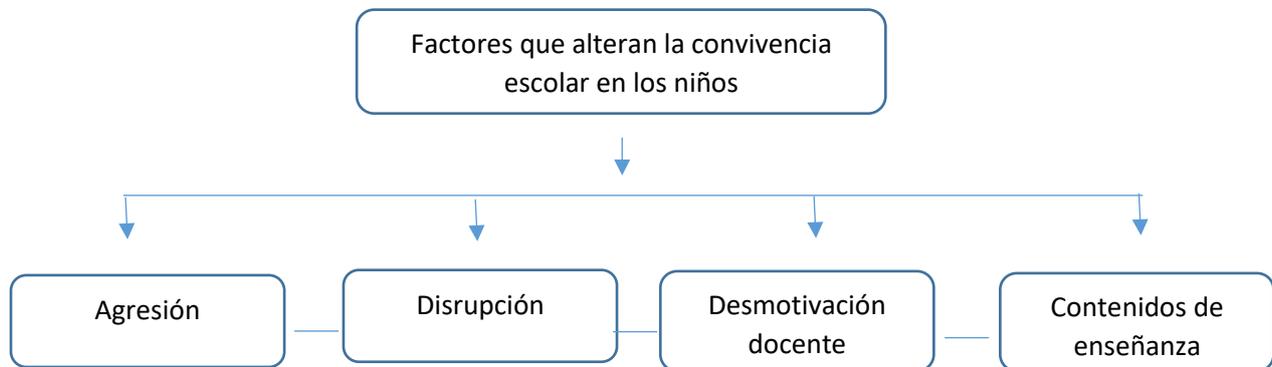
Las relaciones interpersonales deben ser de colaboración, basada en el respeto de los derechos y deberes y en la solución de conflictos entre todas las instancias y miembros de la comunidad educativa.

La participación de los niños debe ser libre y espontánea a través de espacios, actividades y oportunidades apropiadas para su desarrollo y para la aceptación y adaptación al medio en el que se desarrolla. (SULAY VASQUEZ, YUDITH MENDOZA, YALENA ZÁRATE, 2014)

Factores que alteran la convivencia escolar

Los factores que alteran o dificultan un clima adecuado de convivencia en la escuela, son la agresividad, la disrupción en el aula, el estrés docente, la falta de autoridad, el autoritarismo y la desmotivación del educando y el rechazo a los

contenidos de enseñanza. (SULAY VASQUEZ, YUDITH MENDOZA, YALENA ZÁRATE, 2014)



Elaborado por: LAVERDE, Fernanda

La Agresión ocurre como respuesta o reacción natural a una estimulación previa generalmente dañina o de carácter aversivo. Es considerada como una conducta de tipo reactiva.

La disrupción en el aula esta puede onsiderarse como un factor importante que dificulta, impide y entorpece el clima de convivencia en el aula, está relacionado con un conjunto de comportamientos y actitudes inadecuadas que perturban el normal desarrollo de las clases, obstaculizando el adecuado proceso enseñanza-aprendizaje.

El estrés docente o Síndrome de Burnout, también conocido como el síndrome del quemado o desgaste profesional, es un trastorno crónico de carácter psicológico, asociado a las demandas del trabajo y a las propias relaciones interpersonales que las labores demandan. Una situación de convivencia adecuada en el aula, requiere que las relaciones entre docente y educandos sean conducidas de manera óptima y apropiada. (SULAY VASQUEZ, YUDITH MENDOZA, YALENA ZÁRATE, 2014)

UNIDAD IV

ESTRATEGIAS

DIDÁCTICAS

Estrategias didácticas

Desde la innovación educativa se puede trabajar en el centro y sobre todo a nivel de aula, en la elaboración de procedimientos que, oportunamente aplicados sobre cualquier contenido o materia curricular, contribuyan por sí mismos a la mejora de la convivencia y la resolución de conflictos. Algunos de estos procedimientos básicos son: el desarrollo de la autoestima, el entrenamiento a través del trabajo cooperativo y un programa de habilidades sociales. (J.A. Binaburo, 1993)

JUEGOS COOPERATIVOS

Rodamos estiradas

- Se necesita un sitio muy amplio, se le recuerda cómo se rueda por el suelo individualmente, se le enseña a rodar por parejas, se ponen de pie mirándose.
- Se dan la espalda.
- Dan un paso adelante.
- Se sientan en el suelo.
- Se tumban en el suelo.
- Elevan los brazos y se dan las manos mutuamente.
- A partir de esta postura con las cabezas próximas y los pies alejados, ya pueden rodar en la misma dirección sin soltarse las manos.
- Luego lo hacen otras parejas, una por una procurando que lo hagan todas las niñas y niños. Después intentarán rodar por parejas tocando los pies de una niña

con los pies de la otra para lo cual se tumbarán con las cabezas alejadas.

(DEPORTES COOPERATIVOS,2008)



Fuente: <http://www.educarueca.org/spip.php?article641>

A TAPAR LA CALLE

Es un juego típico para realizar en la calle o en un pasadizo amplio. Nos vamos agarrando todas unas con otras por el brazo juntándonos bien formando una hilera a lo ancho del lugar y canturreamos rítmicamente:

A tapar la calle.

Que no pase el aire.

Que pasen mis abuelos Comiendo buñuelos.

Que pasen mis abuelas Comiendo ciruelas.

Que pasen mis amigas Comiendo sandías. Que pase todo el pueblo Por los agujeros.

¡Nos ponemos de rodillas!

Sin soltar los brazos, nos estiramos dejando huecos para que pasen las demás.

(DEPORTES COOPERATIVOS, 2008)



Fuentes: <http://educacionfisicaeneljardin.blogspot.com/>

RODAR POR PAREJAS AL TRESBOLILLO

Una persona se tumba normal y la otra se tumba colocando su cabeza a la altura de los pies de la anterior y sus propios pies alejados de manera que quedan a la altura de la cabeza de su compañera.

Ambas abrazan los pies de su compañera por los tobillos y comienzan a rodar en la misma dirección pasando una por encima de la otra.



Fuente: https://www.google.com.ec/search?rlz=1C1CHBD_esEC806EC806&biw

Actividad Física

Es fundamental realizar actividad física con un sinnúmero de actividades que ayuden al niño a desenvolverse y relacionarse con sus pares ayudándole a desarrollarse de la mejor manera en su entorno inmediato así también como ser más paciente, más cauteloso, más sensible y más seguro a la vez .

Estas actividades se las realiza en compañía de su maestra y en algunas ocasiones con sus padres mejorando la convivencia con sus compañeros de clase como con la docente y en familia, en su hogar.

Actividad	Duración
El juego del limón. Hacer como que exprimimos un limón imaginario con la mano y así la tensamos y destensamos varias veces y con los dos brazos.	5 min
Animales perezosos. Nombraremos distintos animales (gato, perro, oso,...) y les diremos que tenemos que estirarnos y con esto ayudaremos a estirar el cuerpo y así varias veces cambiando de animales para que sea más dinámico.	8 min
La tortuga que se esconde. Consiste en ser tortugas y ayudada por un cuento hacer que esconden la cabeza y los hombros dentro del caparazón	10 min
Mosca pesada. Consiste en atarles las manos a los alumnos con un pañuelo para que no puedan usarlas y decirles que la mosca pesada se nos posa en la nariz, en la frente, en el cachete,... diferentes partes de la cara y también del cuerpo y tienen que arrugarse y contraerse para espantarla.	5 min
Chicle gigante Consiste en masticar un chicle gigante imaginario para mover la mandíbula y cuando el chicle desaparece relajamos la mandíbula y así un par de veces hasta relajar por ultimo todo el cuerpo.	5 min
Estómago duro Consiste en acostarnos en el suelo y poner el estómago lo más duro posible para que el gran elefante que huye pase por encima sin escacharnos, cuando este pase relajamos el estómago para comprobar la	5 min

sensación de bienestar.	
Cruza la valla. Con las barras haciendo de valla tendremos que pasar entre medio pero al estar tan juntos tenemos que meter la barriga lo más que podamos para cruzarla.	10 min
La hormiga y el león La hormiga es pequeña y respira despacio y lento, pero en cambio el león que es grande y fuerte necesita respirar rápido y fuerte. Los niños aprenderán que la respiración adecuada es la de la hormiga.	5 min
Nos relajamos Nos tumbaremos en el suelo y poniéndoles música relajante, empezaremos a ponerles en situación, que estamos en un prado, que somos mariposas (hacemos movimientos flojos como la mariposa), etc.	10 min
Frente al espejo. Vamos sacando de uno en uno a cada niño y se pondrán frente a sus compañeros para hacer el espejo todos les seguirán y tendrán que hacer movimientos lentos para todos los de más imitarle.	15 min
Mi corazón hace bum-bum Con esta actividad lo que pretendemos es que nos niños sientan el latido de su corazón y vean como esta cuando estamos relajados y cuando estamos alterados. En este caso con su propia mano haremos que intenten notar el pulso en reposo.	5 minn
Juego a carcajadas Los niños se tienen que dividir en 2 grupos. El primero tiene que hacer todo lo posible por estar serio, mientras el otro grupo hacen acciones o gestos para ocasionarles risas. Existe un tiempo límite para esta actividad, deber ser realizada por unos cuantos minutos,	10 min

para que después el otro grupo pueda realizar lo mismo que el anterior.	
---	--

Tabla elaborada por: LAVERDE, Fernanda, juegos físicos por:[RUIZ RAQUEL, 2012

JUEGOS INDIVIDUALES

Juego del Te

Tanto el docente o la docente que orienta a niños y niñas; debe ser una persona con un grado muy alto de creatividad al momento de estar al frente de sus niños y niñas, ya que cada cabecita de cada uno de esos niños y niñas es un mundo muy diferente, que puede estar atravesando por un problema distinto.

Carlos Varela (2002), docente del programa para el mejoramiento de la convivencia escolar propone el “té” como mejora de la autoestima en los niños y niñas; ya que cuando se mantiene un nivel muy bajo de autoestima, se muestran poco sociables, aislados, agresivos, con dolor y un sinnúmero de síntomas que se presentan al atravesar un grado de estrés en la convivencia armónica. Por lo que, sugiere el té como estrategia lúdico – didáctica para fortalecer la autoestima y la titula:

Lo mejor para la autoestima es el té

- Quiere – te
- Perdona – te
- Ama – te
- Sonríe - te
- Regala - te
- Consiente – te
- Educa - te

- Cuida – te
- Supera – te
- Y valora – te

(SULAY VASQUEZ, YUDITH MENDOZA, YALENA ZÁRATE, 2014)

Yoga

Los niños, al igual que todas las personas, viven en una sociedad que impone un ritmo de "vida estresante. Esta presión y competencia con que crecen los hace convertirse en pequeños adultos, con horarios, rutinas y normas estructuradas.

El yoga surge para ellos de la misma manera que para sus padres como un espacio para recuperar la energía y relajarse, cabe señalar que enseñar yoga a los niños se puede dar cuenta de que para ellos estirar el cuerpo, respirar y relajarse son actividades naturales es muy beneficioso para evitar el estrés y conflictos personales y logrando así conectarnos con nuestros cuerpo, mente y espíritu. [Macarena Kojakovic, 2005)

Postura del indio

La práctica de yoga la iniciamos siempre en la postura del indio. Trata de permanecer un minuto o más en silencio y concentrado en tu respiración (inhalación y exhalación por la nariz). Imagina que eres una foca gigante y no te puedes mover, trata de vaciar tu mente alejando los pensamientos. Para ello concéntrate en el sonido de tu respiración y en las sensaciones de tu cuerpo: si tienes frío o calor, cómo sientes tu espalda y qué partes de tu cuerpo están en contacto con el piso.

Entre los beneficios que brinda esta postura son la de eliminar la ansiedad y relaja los músculos, además de enfocar la atención en la respiración. [Macarena Kojakovic, 2005)

Figura 5: Posturas del Indio



Fuente: <http://miaceduca.es/wp-content/uploads/2017/03/yoga-para-ninos.pdf>

Jalea

Muévete como si fueras una enorme jalea de frambuesa que tiembla y tiembla. Imítalo y verás lo divertido que resulta sacudir y mover tu cuerpo como si fueras una jalea de verdad. Si tienes pena, rabia o simplemente estás cansado, prueba un par de minutos con estos ejercicios, te aseguro que finalmente te vas a reír.

Los beneficios son el de ayudar a soltar y calentar el cuerpo, alivia tensiones, otorga energía y además es muy divertido. [Macarena Kojakovic, 2005)



Fuente: <http://miaceduca.es/wp-content/uploads/2017/03/yoga-para-ninos.pdf>

Árbol

El niño imagina que es un árbol y está en un bosque, tiene miles de años y sigues ahí estable, tranquilo y fuerte. Sus pies son las raíces que necesitan estar conectados con el piso para no caerse, sus piernas son el tronco y tus brazos las ramas en las que pueden crecer flores o frutas. Estírate y siente cómo tus ramas llegan hasta el cielo.

Los beneficios de la técnica del árbol en los niños es que ayuda a desarrollar el equilibrio, la concentración, además de generar una sensación de calma, fortalece los pies y las piernas, ayuda a abrir el pecho. (Macarena Kojakovic, 2005)



Fuente: <http://miaceduca.es/wp-content/uploads/2017/03/yoga-para-ninos.pdf>

Triangulo

Se puedes dar cuenta de que en todos lados podemos ver la forma de un triángulo: en los techos de las casas, en los cerros o montañas, en las esquinas y en muchas otras cosas más. Con tu cuerpo puedes formar un triángulo y probar lo fuerte, estable y relajante que puede ser esta forma geométrica.

Entre los beneficios en el niño encontramos que alivia el estrés y además puede ser usada como postura terapéutica para la ansiedad. [Macarena Kojakovic, 2005]



Fuente: <http://miaceduca.es/wp-content/uploads/2017/03/yoga-para-ninos.pdf>

Respiración

Es importante una buena respiración ya que el aire entra por las fosas nasales masajeando el cerebro a través de los senos nasales, así como el aprende a sentir que el aire, no sólo llena los pulmones, sino que respiras con todo tu cuerpo experimentando un profundo bienestar.

Algunos beneficios de una respiración amplia y controlada:

- Permite la oxigenación de cada célula de tu cuerpo.
- Oxigena el cerebro ayudando a la concentración y la memoria.
- Neutraliza los efectos de las emociones.
- Purifica y calienta el aire que entra a tu cuerpo.)Savitari,2008)

Para realizar ejercicios de respiración en los niños hay que tener en cuenta varios aspectos importantes como son:

A) La posición del niño.

B) La forma de respirar.

C) La duración de cada ejercicio

D) El número de veces que se hará repetir.

La Posición del Niño

El niño estará de pie, con el tronco en posición vertical y los brazos a los costados, también podrá estar sentado aunque es preferible la primera forma. La ropa no le impedirá el libre juego de los movimientos torácicos. También puede realizar los ejercicios en posición horizontal en una cama con la cabeza en un plano superior. Se procurará que la sala de reeducación esté bien ventilada durante la realización de los ejercicios respiratorios.

La Forma de Respirar

La inspiración será nasal, profunda y regular, no debe ser entrecortada, sino realizada en un solo movimiento llenando en primer término la base de los pulmones y haciendo descender el diafragma. El aire será retenido algunos segundos en los pulmones, realizando después la espiración, que puede ser nasal o bucal

La duración de cada ejercicio

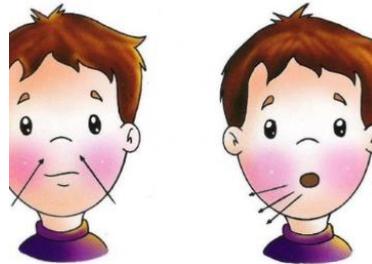
Debe procurarse que la inspiración dure de 6 a 8 segundos, se retendrá en los pulmones de 2 a 3 segundos, para realizar la espiración de 8 a 10 segundos.

La Repetición

Se repetirá cada ejercicio de 3 a 6 veces. Se pueden elegir cada día uno o dos ejercicios que vayan presentando una dificultad creciente. . [Alcobendas y salud 2011)

Actividades de Respiración y Soplo

- Inspiración nasal, lenta, profunda y regular. Retención del aire. Espiración nasal lenta en la misma forma.



Fuente: <https://www.pictoeduca.com/leccion/14/dislalia-funcional-del-rotacismo/pag/88>

- Inspiración nasal, lenta, dilatando las alas de la nariz. Retención del aire.
Espiración nasal lenta, regular y completa.



Fuente: <https://logopedicum.com/producto/enganxines-respiracio-nasal/>

- Inspiración en la misma forma que el anterior. Retención del aire. Espiración nasal, rápida y continua.
- Inspiración nasal, lenta y profunda. Retención del aire. Espiración bucal en la misma forma.

- Inspiración nasal lenta, ensanchando las alas de la nariz. Retención del aire.
Espiración bucal lenta y completa, tratando de expulsar la mayor cantidad de aire.
- Inspiración nasal de la misma forma que el ejercicio anterior. Retención del Aire. Espiración bucal rápida.
- Inspirar por la nariz y soplar fuerte sobre la mano.
- Inspirar por la nariz y soplar flojo sobre la mano.
- Inspirar por la nariz y soplar con fuerza sobre pelotitas, papeles.
- Inspirar por la nariz y soplar sobre una vela con fuerza para apagarla, a medida que vaya apagando la vela en la primera espiración, se irá alejando la vela, para que el niño aumente la intensidad del soplo.
- Inspirar por la nariz y soplar suave sobre la llama de la vela, haciéndola oscilar de forma continua todo el tiempo que dure la espiración, pero sin llegar a apagarla.
- Inspirar por la nariz y soplar con una paja o tubo, obligando a centrar el soplo en un solo punto.
- Inspirar por la nariz soplar para hacer burbujas con una pajita. (Alcobendas y salud 2011)



Fuente: <http://www.esenciadelseser.com/2016/02/ninosymeditacion.html>

CAPITULO VI

ASPECTOS ADMINISTRATIVOS

6.1 Recursos

Talento humano:

Directora del Centro de desarrollo Infantil “San Bartolome”

Docentes Centro de desarrollo Infantil “San Bartolome”

Niños y niñas del Centro de desarrollo Infantil “San Bartolome”

Recursos materiales:

Material de escritorio

Encuestas

Fotocopias

Material de oficina

Recursos técnicos y tecnológicos:

Laptop

Proyector

Flash memory

Filmadora

Recursos financieros

Auto financiamiento

6.2 Presupuesto

Tabla N° 3 Presupuesto

INSUMOS	CANTIDAD	VALOR UNITARIO	VALOR TOTAL
Material de escritorio			
Material de escritorio		\$ 100.00	\$ 100.00
Impresiones B/N	200	\$0.10	\$20.00
Impresiones a color	170	\$0.25	\$42.50
anillado	2	\$2.00	\$4.00
empastado	2	\$10.00	\$20.00
Recursos tecnológicos			
Alquiler de infocus	1	\$20	\$20.00
Alquiler de laptop	1	\$20	\$20.00
Alquiler de sonido	1	\$10	\$10.00
Cds	4	\$1.75	\$7.00
Transporte			
movilización	38	\$1.00	\$ 38.00
Alimentos			
Refrigerio de sociabilización	21	\$3.00	\$63.00
		SUBTOTAL=	344.50
		IMPREVISTOS 10%	34.45
		TOTAL=	378.45

Elaborado por: LAVERDE, Fernanda

ACTIVIDADES	FECHA																							
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
Aprobación del proyecto	X																							
Diseño del proyecto		X	X																					
Planificación del proyecto				X																				
CAPÍTULO 1: EL PROBLEMA					X																			
Planteamiento del problema						X																		
Formulación del problema							X																	
Objetivo general							X																	
Objetivos específicos							X																	
CAPÍTULO 2: MARCO TEORICO								X																
Antecedentes de estudios									X															
Fundamentación teórica										X														
Fundamentación conceptual											X													
Fundamentación Legal												X												
Formulación de hipótesis o preguntas directrices													X											

CAPITULO VII

CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

7.1 Conclusiones

1. Finalizada la investigación se ha llegado a la conclusión que a pesar de existir un limitado conocimiento sobre el estrés infantil en etapa preescolar por parte de los docentes, el motivar a que ellos puedan obtener nuevos conocimientos para seguir aprendiendo por el bien de sus niños y niñas es un factor esencial en el desarrollo de esta investigación.
2. Los docentes se mostraron interesados en el tema, lo cual permitió una adecuada ayuda socialización de la guía de estrategias didácticas asumiéndola con buena predisposición e interés por parte de los docentes del centro de desarrollo infantil “San Bartolomé”, y que a su vez fueron parte fundamental para aportar ideas ya vivenciadas dentro del aula, lo que hará que ahora puedan mejorarlas.
3. No todos los docentes poseen el conocimiento para reducir las consecuencias que se podrían presentar al trabajar con niños y niñas que poseen estrés infantil en edades tempranas por lo que estuvieron muy interesados y dispuestas en aprender sobre cómo trabajar el tema.

4. Los docentes en la actualidad no han sido capacitados sobre actividades lúdicas que ayuden reducir el estrés infantil, por lo que se notó que existían dudas sobre causas, síntomas y consecuencias que se podrían desarrollar en el futuro del niño, siendo el taller fuente de ayuda, que permitió una mejor comprensión de las estrategias propuestas en la guía.

7.2 Recomendaciones

1. Se recomienda continuar con capacitaciones a los docentes por lo menos una vez al año, logrando contribuir a su formación y de esta manera mantener una convivencia armónica tanto con los niños como con los docentes, es importante destacar que el estrés infantil en edades tempranas es un trabajo fundamental tanto de las docentes como de los padres.

2. Se debe tomar en consideración que las estrategias didácticas de la guía propuesta esta basado en contribuir una ayuda tanto individual como cooperativa que ayudarán tanto en la enseñanza como en la convivencia de los niños y niñas del centro de desarrollo infantil, sin embargo estas estrategias pueden ser modificadas dependiendo la necesidad de la docente.

3. Socializar la guía no solo con los docentes, sino con padres de familia ya que el trabajo se lo realiza en conjunto tanto en las actividades cotidianas en el hogar del niño como en el comportamiento que mantiene en las aulas de clase, recordando que varios de las causas que se presentan son debido a conflictos familiares.

BIBLIOGRAFÍAS

Trianes et al; (15 de 10 de 2014). Obtenido de

<https://www.psicopedagogia.com/estres-infantil>

Maldonado, hidalgo y Otero; (13 de 7 de 2008).obtenido de

<https://luisderivera.com/wp-content/uploads/2012/02/1979-EL-ESTRES-EN-LA-INFANCIA.pdf>

El comercio; (6 de 8 de 2014). Obtenido de

<file:///C:/Users/PC/Downloads/58-Texto%20del%20art%C3%ADculo-259-2-10-20161227.pdf>

Selye, (7 de 11 de 1975).Obtenido de

<http://www.psicologiaceutifica.com/conducta-comportamiento/>

Merino Soto Cesar, (20 de 5 de 1999). Obtenido de

<https://www.psicopedagogia.com/estres-infantil>

Cannon, N. A. (15 de 10 de 1911).Obtenido de

<https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/educacion/article/viewFile/2889/3483>

José Luis González de Rivera y Revuelta, (14 de 9 de 1979).Obtenido de

<https://omicronno.elespanol.com/2014/07/consecuencias-a-largo-plazo-del-estres-infantil/>

Valentin Martinez-Otero Perez,, (10 de 6 de 2012). educar.ec. Obtenido de

<http://tesis.uson.mx/digital/tesis/docs/19083/Capitulo2.pdf>

Stora, R. d. (18 de 5 de 2000). dspace.ucuenca.edu.ec. Obtenido de

<https://www.uv.mx/psicologia/files/2014/11/-Salud-Mental-OMS.pdf>

Martinez, A.M, (5 de 2 de 2005).Salud Fisica.En L. Ezpeleta (Ed), obtenido de

http://repositorio.uchile.cl/tesis/uchile/2010/ar-araneda_s/pdfAmont/ar-araneda_s.pdf

Trianes et al; (15 de 10 de 2014). Obtenido de

<https://www.psicopedagogia.com/estres-infantil>

Llavina Nuria, (13 de 7 de 2014). Obtenido de

<http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/2371/1/tps667.pdf>

McPherson,(18 de 4 de2004). Obtenido de

<http://www.psicologiacientifica.com/conducta-comportamiento/>

Sulay Vazconez,Yalena Zarate, (4 de 6 de 2014). Obtenido de

http://www.ifdcelbolson.edu.ar/mat_biblio/alfabetizacion_inicial/estrategias_basicas.pdf

Macarena kojakovic, (15 de 10 de 2005). Obtenido de

<http://miaceduca.es/wp-content/uploads/2017/03/yoga-para-ninos.pdf>

OMS, (15 de 10 de 2007).Obtenido de

<https://www.uv.mx/psicologia/files/2014/11/Violencia-y-Salud-Mental-OMS.pdf>

ANEXO

Anexo N° 1 ENCUESTA

Objetivo: Anticipar las posibles consecuencias que se producen en un futuro del niño y niña que sufre de estrés.

Marca con una X la respuesta que tú elijas, y realiza con esfero de color azul.

1.- De donde considera usted que proviene el estrés infantil?

- a) ámbito escolar
- b) ámbito familiar
- c) de los dos anteriores

Porque?.....

2.-Reconocería algunos síntomas de un niño estresado?

- a) SI
- B) No

Cuales:.....

3.-Existe relación entre el estrés y el aprendizaje?

- a) si
- b) no

Porque:.....

4.- Cual considera usted que es la causa más común del estrés infantil? Selecciones

2 opciones

- Fallecimiento de un familiar

- Sentimiento de abandono en periodo de adaptación
- Carencia de afectividad
- Exigencia escolar
- Divorcio de los padres

5.-Considera usted que el estrés infantil afecta para una sana convivencia en el centro de desarrollo infantil?

a) Si

b) No

6.- Considera que la convivencia en la institución es:

a) muy buena

b) buena

c) mala

d) regular

7.-Conoce algunas estrategias didácticas para reducir el estrés infantil?

a) Si

b) No

Cuales:.....

8.- Cree usted que se debería aplicar estrategias didácticas para reducir el estrés infantil?

a) Si

b) No

9.- Considera que el estrés infantil presenta consecuencias graves en el desarrollo del niño?

a) Si

b) No

De qué tipo:.....

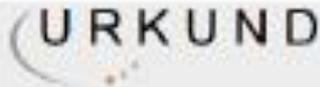
10.- Cree usted que las docentes deberían ser capacitadas sobre problemas conductuales que se presenten en el Centro de desarrollo Infantil?

a) Si

b) No

Porque:.....

Gracias por su colaboración!



Urkund Analysis Result

Analysed Document: ESTEFANIA FERNANDA LAVERDE LLIVE.docx (D43081596)
Submitted: 10/26/2018 12:40:00 AM
Submitted By: jorge.ibujes@cordillera.edu.ec
Significance: 10 %

Sources included in the report:

PROYECTO RAMIREZ.docx (D43026826)
http://www.peques.com.mx/estres_infantil.htm
<https://luisderivera.com/wp-content/uploads/2012/02/1979-EL-ESTRES-EN-LA-INFANCIA.pdf>
<http://eduflisrd.weebly.com/uploads/1/2/1/6/12167778/12-juegos-deportivos-cooperativos-otros-varios.pdf>
<https://www.aporrea.org/poderpopular/a205821.html>
<http://www.psicologiaincientifica.com/conducta-comportamiento/>
<http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/2371/1/tps667.pdf>
<https://www.uv.mx/psicologia/files/2014/11/Violencia-y-Salud-Mental-OMS.pdf>
<https://cepsi.webs.com/desmotivacionescolar.htm>
http://repositorio.uchile.cl/tesis/uchile/2010/ar-araneda_s/pdf/Armont/ar-araneda_s.pdf

Instances where selected sources appear:

39



Msc. Ibijes Portilla Jorge
Eduardo
Tutor/a del Proyecto



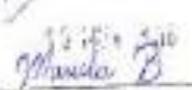
INSTITUTO TECNOLÓGICO SUPERIOR CORDILLERA

DESARROLLO DEL TALENTO INFANTIL

ORDEN DE EMPASTADO

Una vez verificado el cumplimiento de los requisitos establecidos para el proceso de Titulación, se **AUTORIZA** realizar el empastado del trabajo de titulación, del alumno(a) **LAVERDE LLIVE ESTEFANIA FERNANDA**, portador de la cédula de identidad N° 1724694403, previa validación por parte de los departamentos facultados.

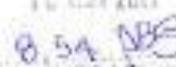
Quito, 15 de Noviembre del 2018

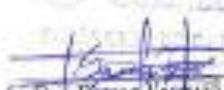

María B.
Sin Nombre
CAJA


Msc. Adolfo...
DELEGADO DE LA UNIDAD DE TITULACIÓN


BIBLIOTECA
BIBLIOTECA




Ing. Sorim Vilho
PRÁCTICAS PREPROFESIONALES


Dir. Rigoberto Vasquez
DIRECTOR DE CARRERA


Ing. Jorge Samargo
SECRETARÍA ACADÉMICA

*No se va formar una historia con iguales
derechos, roles y obligaciones*