

UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO
FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO-SOCIALES Y
EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



TESIS

**Propuesta didáctica MIMOREDI para mejorar la escritura en inglés de los
estudiantes de la I.E.P. Deportivo ADEU, Lambayeque – 2023**

Presentada para obtener el Título Profesional de Licenciada en Educación,
especialidad de Idiomas Extranjeros.

Investigadora: Bach. Maricielo Huaman Gavidia.

Asesora: Dra. Gaby Silvia Guerrero Rojas.

Lambayeque - Perú

2026

Propuesta didáctica MIMOREDI para mejorar la escritura en inglés de los estudiantes de la I.E.P. Deportivo ADEU, Lambayeque – 2023

Tesis presentada para obtener el Título Profesional de Licenciada en Educación, especialidad de Idiomas Extranjeros.



Bach. Maricielo Huaman Gavidia
Investigadora



Dr. Gloria Betzabet Puicón Cruzalegui
Presidente



Dr. Beldad Fenco Periche
Secretario



Dr. Susan Dejo Aguinaga
Vocal



Dra. Gaby Silvia Guerrero Rojas
Asesora

ACTA DE SUSTENTACIÓN



UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO
FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICO SOCIALES Y EDUCACIÓN
UNIDAD DE INVESTIGACIÓN



ACTA DE SUSTENTACIÓN DE TESIS N° 057-2026

Siendo las 17:00 horas, del día martes 13 de enero 2026 se reunieron vía online mediante la plataforma virtual Google Meet: <https://meet.google.com/gpe-sseg-veo> por mandato de la Resolución N° 0026-2026-D-FACHSE de fecha 08 de Enero del 2026 que autoriza la sustentación, se reunieron los miembros del Jurado designado según Resolución N° 2678-2023-V-D-FACHSE de fecha 22 de diciembre de 2023; Jurado integrado por los siguientes miembros:

Presidente(a)	: Dra. Gloria Betzabet Puicón Cruzalegui
Secretario(a)	: Dra. Beldad Fenco Periche
Vocal	: Dra. Susan Fabiola Dejo Aguinaga
Asesor(a) Metodológico	: Dra. Gaby Silvia Guerrero Rojas
Asesor(a) Científico	:



Con la finalidad de evaluar la(el) Tesis titulada(o): PROPUESTA DIDÁCTICA MIMOREDI PARA MEJORAR LA ESCRITURA EN INGLÉS DE LOS ESTUDIANTES DE LA I.E.P. DEPORTIVO ADEU, LAMBAYEQUE - 2023 Presentada por HUAMAN GAVIDIA MARICIELO para obtener el Título profesional de Licenciado(a) en Educación, especialidad de Idiomas Extranjeros.

Leída la resolución de autorización, se inicia el acto sustentación, al término del cual y de conformidad con el Reglamento General de Investigación de la UNPRG (Res. N° 184-2023-CU de fecha 24 de abril de 2023) y el Reglamento de Grados y Títulos de la UNPRG (Res. N° 267-2023-CU de fecha 20 de junio de 2023), los miembros del jurado realizaron la evaluación respectiva, haciendo las preguntas, observaciones y recomendaciones al/los sustentante(s), quien(es) respondió(eron) las interrogantes planteadas.

Dada la deliberación correspondiente por parte del jurado, se sucedió la valoración, **obteniendo el calificativo de 18 en la escala vigesimal, que equivale a la mención de Muy Bueno**. Siendo las 18:00 horas del mismo día, se dio por concluido el acto académico, con la lectura del acta y la firma de los miembros del jurado.

Dr. Gloria Betzabet Puicón Cruzalegui
PRESIDENTE(A)

Dra. Beldad Fenco Periche
SECRETARIO(A)

Dra. Susan Fabiola Dejo Aguinaga
VOCAL

OBSERVACIONES: _____

CONSTANCIA DE VERIFICACIÓN DE ORIGINALIDAD

Yo, Dra. Gaby Silvia Guerrero Rojas usuario revisor de:

Tesis

Trabajo de Suficiencia Profesional

Trabajo Académico

Titulado Propuesta didáctica MIMOREDI para mejorar la escritura en inglés de los estudiantes de la I.E.P. Deportivo ADEU, Lambayeque – 2023

Cuyo(s) autor(es) es(son):

Huaman Gavidia Maricielo DNI° 72033747

DNI° _____

declaro que la evaluación realizada por el Programa informático ha arrojado un porcentaje de similitud 14 %, verificables en el Resumen del Reporte Automatizado de similitudes que se acompaña.

El(La/Los/Las) suscrito(a/s/as) analizó y concluyó que cada una de las coincidencias detectadas dentro del porcentaje de similitud permitido no constituyen plagio y que el documento cumple con la integridad científica y con las normas para el uso de citas y referencias establecidas en los protocolos respectivos.

Se cumple con adjuntar el Recibo Digital a efectos de la trazabilidad respectiva del proceso.

Lambayeque, 28 de mayo del 2025



Dra. Gaby Silvia Guerrero Rojas

16523819

ASESOR

Defina la modalidad con [X]

Adjuntar

- *Reporte Automatizado de similitudes*
- *Recibo Digital*

Reporte automatizado de similitudes

Propuesta didáctica MIMOREDI para mejorar la escritura en inglés de los estudiantes de la I.E.P. Deportivo ADEU, Lambayeque - 2023

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.unprg.edu.pe Fuente de Internet	3%
2	hdl.handle.net Fuente de Internet	2%
3	biblioteca.cientialatina.org Fuente de Internet	1%
4	repositorio.ulvr.edu.ec Fuente de Internet	1%
5	alicia.concytec.gob.pe Fuente de Internet	1%
6	Submitted to Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo Trabajo del estudiante	1%
7	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	< 1%
8	repositorio.flacsoandes.edu.ec Fuente de Internet	< 1%
9	recla.org Fuente de Internet	< 1%
10	rio.upo.es Fuente de Internet	< 1%
11	Submitted to Universidad Abierta para Adultos Trabajo del estudiante	< 1%

GARY SILVA GUERRERO ROMAS
DNI: 16523819
ASESORA

12	repositorio.unab.cl Fuente de Internet	< 1 %
13	dadun.unav.edu Fuente de Internet	< 1 %
14	revistas.utm.edu.ec Fuente de Internet	< 1 %
15	repositorio.unbosque.edu.co Fuente de Internet	< 1 %
16	tesis.unsm.edu.pe Fuente de Internet	< 1 %
17	Submitted to Universidad de Cádiz Trabajo del estudiante	< 1 %
18	archive.org Fuente de Internet	< 1 %
19	Submitted to Universidad Internacional de la Rioja Trabajo del estudiante	< 1 %
20	Submitted to Universidad Pedagógica Trabajo del estudiante	< 1 %
21	repositorio.ftpcl.edu.pe Fuente de Internet	< 1 %
22	www.researchgate.net Fuente de Internet	< 1 %
23	octaedro.com Fuente de Internet	< 1 %
24	Submitted to Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia, UPTC Trabajo del estudiante	< 1 %
25	digibuo.uniovi.es Fuente de Internet	< 1 %
26	www.coursehero.com Fuente de Internet	< 1 %

Gaby Guerrero Rojas

GABY SILVIA GUERRERO ROJAS
DNI: 16523819
ASESORA

27	repository.unac.edu.co Fuente de Internet	< 1 %
28	tecne.com Fuente de Internet	< 1 %
29	Submitted to Universidad Internacional del Ecuador Trabajo del estudiante	< 1 %
30	maestroysociedad.uo.edu.cu Fuente de Internet	< 1 %
31	Submitted to Universidad Andina Nestor Caceres Velasquez Trabajo del estudiante	< 1 %
32	tzibalnaah.unah.edu.hn Fuente de Internet	< 1 %
33	1library.co Fuente de Internet	< 1 %
34	Submitted to Corporación Universitaria Minuto de Dios, UNIMINUTO Trabajo del estudiante	< 1 %
35	Submitted to UNIBA Trabajo del estudiante	< 1 %
36	Submitted to Universidad Tecnica De Ambato- Direccion de Investigacion y Desarrollo, DIDE Trabajo del estudiante	< 1 %
37	Submitted to Universidad de Almeria Trabajo del estudiante	< 1 %
38	dspace.unl.edu.ec Fuente de Internet	< 1 %
39	repositorio.utc.edu.ec Fuente de Internet	< 1 %
40	Submitted to Corporación Universitaria Minuto de Dios, UNIMINUTO Trabajo del estudiante	< 1 %

Gaby Silvia Guerrero Rojas

GABY SILVIA GUERRERO ROJAS
DNI: 16523819
ASESORA

41	revistas.um.es Fuente de Internet	< 1 %
42	tesisfei.unan.edu.ni Fuente de Internet	< 1 %
43	Submitted to Universidad Nacional de Colombia Trabajo del estudiante	< 1 %
44	Submitted to Universidad Francisco de Vitoria Trabajo del estudiante	< 1 %
45	Submitted to Universidad Tecnológica Centroamericana UNITEC Trabajo del estudiante	< 1 %
46	cmapspublic2.ihmc.us Fuente de Internet	< 1 %
47	Submitted to ucb Trabajo del estudiante	< 1 %

Excluir citas

Activo

Excluir coincidencias

< 15 words

Excluir bibliografía

Activo



GABY SILVIA GUERRERO ROJAS
DNI: 16523819
ASESORA



Recibo digital

Este recibo confirma ~~que su~~ trabajo ha sido recibido por ~~Jurisdia~~. A continuación podrá ver la información del recibo con respecto a su entrega.

La primera página de tus entregas se muestra abajo.

Autor de la entrega: Huaman Gavidia, Maricielo Guerrero Rojas, Gaby Silvia
Título del ejercicio: Quick ~~Submit~~
Título de la entrega: Propuesta didáctica MIMOREDI para mejorar la escritura en in...
Nombre del archivo: 3_INFORME_FINAL_DE_INVESTIGACI_N_FINAL.docx
Tamaño del archivo: 1.55M
Total páginas: 114
Total de palabras: 19,820
Total de caracteres: 112,830
Fecha de entrega: 28-may.-2025 01:02p. m. (UTC-0500)
Identificador de la entrega: 2698981091



Dra. Gaby Silvia Guerrero Rojas

Asesora

DNI : 16523819

DECLARACIÓN JURADA DE ORIGINALIDAD

Yo Maricielo Huaman Gavidia investigadora principal, y Dr. Gaby Silvia Guerrero Rojas asesora del trabajo de investigación Propuesta didáctica MIMOREDI para mejorar la escritura en inglés de los estudiantes de la I.E.P. Deportivo ADEU, Lambayeque – 2023, declaro bajo juramento que este trabajo no ha sido plagiado, ni contiene datos falsos. En caso se demostrará lo contrario, asumo responsablemente la anulación de este informe y por ende el proceso administrativo a que hubiera lugar. Que pueda conducir a la anulación del título o grado emitido como consecuencia de este informe.

Lambayeque, 02 de febrero de 2026



Maricielo Huaman Gavidia
Investigadora



Gaby Silvia Guerrero Rojas
Asesora

AGRADECIMIENTOS

Agradezco, en primer lugar, a Dios, por haberme dado la fuerza, la sabiduría y la perseverancia necesaria para culminar la presente investigación, Ha sido mi guía, y mi apoyo fundamental en cada etapa de este proceso.

A mi familia, por su amor incondicional, su apoyo constante y por creer en mí incluso en los momentos más difíciles. Gracias por ser mi refugio, mi inspiración y mi mayor motivación.

A mis amigos, por su compañía, palabras de aliento y comprensión durante esta etapa tan exigente. Cada gesto de ánimo ha sido una luz en mi camino.

A mi asesora, por su orientación, paciencia y valiosos aportes. Su acompañamiento profesional y humano ha sido clave para el desarrollo y finalización de esta tesis.

A todos, gracias por formar parte de este logro.

(Maricielo Huaman Gavidia)

ÍNDICE

ÍNDICE DE TABLAS	xiii
ÍNDICE DE FIGURAS	xv
RESUMEN	1
ABSTRACT	2
INTRODUCCIÓN	3
CAPÍTULO I: DISEÑO TEÓRICO	7
1.1. Antecedentes	7
1.2. Bases teóricas	16
1.3. Bases conceptuales	46
1.4. Hipótesis	48
1.5. Operacionalización de variables	49
CAPÍTULO II: DISEÑO METODOLÓGICO	50
2.1. Diseño de contrastación de hipótesis	50
2.2. Población y muestra	51
2.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos	52
CAPÍTULO III: RESULTADOS	53
CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN DE RESULTADOS	81
CAPÍTULO V: PROPUESTA	82
CONCLUSIONES	87
RECOMENDACIONES	88
REFERENCIAS	89
ANEXOS	94

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1	51
Tabla 2	52
Tabla 3	53
Tabla 4	54
Tabla 5	55
Tabla 6	56
Tabla 7	57
Tabla 8	58
Tabla 9	59
Tabla 10	60
Tabla 11	61
Tabla 12	62
Tabla 13	63
Tabla 14	64
Tabla 15	65
Tabla 16	66
Tabla 17	67
Tabla 18	68
Tabla 19	69
Tabla 20	70
Tabla 21	71
Tabla 22	72

Tabla 23	73
Tabla 24	74
Tabla 25	75
Tabla 26	76
Tabla 27	77
Tabla 28	78
Tabla 29	79

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1	53
Figura 2	54
Figura 3	55
Figura 4	56
Figura 5	57
Figura 6	58
Figura 7	59
Figura 8	60
Figura 9	61
Figura 10	62
Figura 11	63
Figura 12	64
Figura 13	65
Figura 14	66
Figura 15	67
Figura 16	68
Figura 17	69
Figura 18	70
Figura 19	71
Figura 20	72
Figura 21	73
Figura 22	74

Figura 23	75
Figura 24	76
Figura 25	77
Figura 26	78
Figura 27	79

RESUMEN

El presente trabajo de investigación titulado “Propuesta didáctica MIMOREDI para mejorar la escritura en inglés de los estudiantes de la I.E.P. Deportivo ADEU, Lambayeque – 2023”. Tuvo como objetivo principal, diseñar la propuesta didáctica “MIMOREDI”, la cual sugiere la implementación del mindfulness y el uso de los recursos digitales para promover la motivación de los estudiantes que se encontraban cursando el 3° año de nivel secundario en la “Institución Educativa Privada Deportivo ADEU”. La hipótesis se sostuvo en base a que la propuesta “MIMOREDI” mejorará el nivel de escritura en los estudiantes. La variable dependiente fue la escritura del idioma inglés y la muestra estuvo conformada por 20 estudiantes. El instrumento utilizado fue la prueba escrita, que comprendió ítems relacionados a las dimensiones de escritura en inglés tales como; contenido, organización, expresión, gramática, sintaxis y puntuación. El diseño utilizado fue descriptivo, pues en todo momento se buscó describir la realidad vinculada a la competencia escrita. Los resultados obtenidos a partir de la aplicación del instrumento demostraron el bajo nivel de escritura en inglés que tienen los estudiantes que formaron parte de la muestra, es por ello que la investigadora concluye en que los estudiantes no tienen la motivación necesaria y sumado ello, la ausencia de integración de recursos digitales para el proceso de enseñanza-aprendizaje de un nuevo idioma, resulta en un déficit que conlleva a no lograr un aprendizaje significativo. Es por tanto que se sugiere la incorporación de la propuesta didáctica MIMOREDI en la institución, para contribuir en el aprendizaje significativo de los estudiantes.

Palabras clave: Escritura del idioma inglés, propuesta didáctica, mindfulness, motivación, recursos digitales.

ABSTRACT

The present investigation work titled “MIMOREDI didactic proposal to improve writing in English of the students from the I.E.P. Deportivo ADEU, Lambayeque – 2023”. Its main objective was to design the didactic proposal “MIMOREDI”, which suggests the implementation of mindfulness and the use of digital resources to promote the motivation of students who were studying in the 3rd year of secondary level in the “I.E.P. Deportivo ADEU”. The hypothesis was based on the fact that the “MIMOREDI” proposal will improve the students’ writing level. The dependent variable was English language writing and the sample consisted of 20 students. The instrument used was the written test, which included items related to the dimensions of writing in English such as content, organization, expression, grammar, syntax and punctuation. The design used was descriptive, since at all times we sought to describe the reality related to written competence. The results obtained from the application of the instrument showed the low level of writing in English of the students who were part of the sample, which is why the researcher concludes that students do not have the necessary motivation and added to this, the absence of integration of digital resources for the teaching-learning process of a new language, results in a deficit that leads to not achieving meaningful learning. It is therefore suggested the incorporation of the didactic proposal MIMOREDI in the institutions, to contribute to meaningful learning of students.

Keywords: English language writing, didactic proposal, mindfulness, motivation, digital resources.

INTRODUCCIÓN

En un mundo donde la importancia de profesionales debidamente preparados para poder consolidar alianzas estratégicas con potencias en el extranjero, el inglés, se ha consolidado como una competencia clave, reconocida internacionalmente por abrir puertas a oportunidades educativas y laborales, Es por tanto, que el proceso de enseñanza-aprendizaje del inglés en las escuelas debería ser un foco central, el cual permita formar adecuadamente a estudiantes que cuenten con las herramientas para enfrentar con éxito esta nueva realidad.

En el contexto actual, donde la comunicación escrita en inglés es clave para acceder a mercados globales y a fuentes de conocimiento de vanguardia. La habilidad de redacción en este idioma se ha convertido en una competencia esencial. Reconocida por empresas, instituciones educativas y organismos internacionales como un requisito indispensable, ya que el dominio de la escritura en inglés permite la elaboración de documentos, informes y entre otros medios claves de comunicación. Es por tanto que el desarrollo de la competencia escrita en las escuelas peruanas se debería consolidar como un pilar fundamental, enfocándose en mejorar esta habilidad y con ello garantizar que los estudiantes adquieran las destrezas necesarias para expresarse por escrito y afrontar con éxito los desafíos académicos y laborales a nivel global.

El mindfulness, como enfoque pedagógico, es fundamental para la gestión emocional de quien lo practica, actuando como un poderoso regulador de estrés en un entorno escolar. El equilibrio entre la atención y la observación de los pensamientos en las prácticas del mindfulness, contribuye al desarrollo de la concentración y la presencia mental, manteniendo altos niveles de calma y bienestar estudiantil. Esto se evidenció dentro de los estudios realizados por (Villalobos, 2023) donde al aplicar su proyecto, el cual incentivó la práctica del mindfulness en las escuelas, demostró la influencia significativa que esta tiene, al reducir la ansiedad de los

participantes, siendo eficaz para prevenirla y generar de esta manera, mayor concentración en otros aspectos. Esta estrategia promueve la autorregulación, la empatía y el compromiso académico, abordando la ansiedad y la dispersión de los alumnos, en contraste con situaciones en las que no se aplican técnicas de atención plena.

Los recursos digitales, como método innovador, es fundamental para enriquecer los procesos de enseñanza-aprendizaje y fomentar la motivación en el entorno escolar. El uso equilibrado de plataformas educativas en línea, aplicaciones interactivas y otras herramientas tecnológicas, promueven la autonomía, la cual despierta también la curiosidad, incrementando la participación, manteniendo así altos niveles de interés y compromiso. Esta estrategia adapta diferentes estilos de aprendizaje, impulsando la creatividad y facilita la comprensión de contenidos académicos a la vida diaria de los alumnos, algo difícil de lograr con métodos tradicionales sin apoyo digital.

La motivación en el contexto escolar actúa como fuente esencial que impulsa el proceso de aprendizaje, pues al generar interés y propósito en los estudiantes, esta favorece su compromiso, perseverancia y apertura a nuevos conocimientos. Cuando los alumnos se sienten motivados, desarrollan mayor autoestima académica y una actitud proactiva que les permite enfrentar desafíos con receptividad y curiosidad. En el área de inglés, la motivación consolida la asimilación de estructuras lingüísticas y enriquece la fluidez comunicativa. Es por ello que el comprender y potenciar los factores motivacionales en la población estudiantil, se vuelve imprescindible para diseñar estrategias pedagógicas que optimicen el rendimiento y garanticen un avance sostenido en las diversas competencias de este idioma.

En la I.E.P. Deportivo ADEU, se observa una alarmante dificultad que tienen los estudiantes para la redacción de textos escritos en inglés. Además de una notoria desmotivación

para el aprendizaje de este segundo idioma, el cual podría ser pieza clave para comenzar a mejorar sus habilidades en el presente curso.

La deficiencia en el desarrollo de la habilidad de escritura en inglés puede atribuirse a los métodos de enseñanza tradicionales, los cuales no necesariamente se adecuan a las necesidades u expectativas de aprendizaje de los estudiantes. A su vez, los problemas relacionados al uso de recursos y plataformas digitales, se podría atribuir a la resistencia al cambio que algunos docentes podrían presentar para alterar su metodología de trabajo, sobre la que conocen su manejo y control, por una completamente nueva que desconocen su funcionamiento, pero la cual probablemente se adecue mejor a las necesidades e intereses del mundo actual. Esta situación podría también verse influenciada por la falta de recursos de la institución para poder asumir la inversión que este cambio requiere, ya que no solo hablamos de adquirir dispositivos, sino también membresías a diferentes plataformas educativas, adaptar las aulas para el uso de estos nuevos elementos, capacitación docente, y entre otros gastos que no necesariamente están considerados dentro de su presupuesto de inversión.

De no solucionarse la problemática expuesta, la institución podría observar cómo año a año el déficit en la habilidad de escritura en inglés de sus estudiantes, permanece dentro de la institución sin generar ningún cambio positivo, impidiendo un aprendizaje significativo, el cual no solo mejoraría sus calificaciones sino también no limitaría sus oportunidades en un mundo profesional.

Como consecuencia a la presente situación, se plantea como problema general ¿El diseño de la propuesta didáctica “MIMOREDI” mejorará la competencia de escritura en inglés de los estudiantes del 3er grado de secundaria de la I.E.P. Deportivo ADEU?, así como la hipótesis: En base a la propuesta “MIMOREDI” se mejorará el nivel de escritura en estudiantes del 3er grado de la I.E.P. Deportivo ADEU, de la misma manera formulé como objetivo general, diseñar

la propuesta MIMOREDI, para mejorar la competencia de escritura en inglés de los estudiantes del 3er grado de secundaria de la I.E.P. Deportivo ADEU. Cuyos objetivos específicos fueron: identificar el nivel de escritura en inglés de los estudiantes, fundamentar teóricamente la propuesta MIMOREDI y validar la propuesta “MIMOREDI”, mediante juicio de expertos.

El estudio está organizado mediante 4 capítulos para facilitar su comprensión. El primero establece el marco teórico, el cual abarca los antecedentes más relevantes, además de exponer las bases conceptuales sobre el mindfulness, motivación, recursos digitales y la escritura del idioma inglés, junto con la definición y operacionalización de variables. El segundo capítulo describe el diseño metodológico, detallando el enfoque, tipo y nivel de investigación, el diseño del estudio, así como también se expuso las técnicas e instrumentos empleados para la recolección de datos y su correspondiente procesamiento estadístico. En el tercer capítulo se presentan los resultados conseguidos, después del análisis desarrollado. Finalmente, en el cuarto capítulo se exponen las conclusiones, seguido del último capítulo en el cual se establecieron las recomendaciones derivadas de la investigación, dando paso a las referencias bibliográficas y los anexos.

CAPÍTULO I: DISEÑO TEÓRICO

1.1. Antecedentes

1.1.1 Internacionales

Fernández (2019), en su artículo titulado “Mindfulness y educación. Beneficios y aplicaciones educativas de la atención plena y su relación con el bachillerato internacional”, el presente estudio se realizó en Navarra, Pamplona, el cual tuvo como objetivo explorar el fenómeno contemporáneo del mindfulness, así como sus posibles aplicaciones educativas, tanto en centros educativos en los que se implementan los programas curriculares de la Organización del Bachillerato Internacional (IBO). Para la investigación se utilizaron los instrumentos de la revisión bibliográfica sobre el concepto y origen del mindfulness, así mismo también se analizó diversos estudios científicos e intervenciones del tema con resultados en educación. El presente estudio concluye en que la atención plena contribuye de diferentes maneras a mejorar la educación, ya que esta aporta herramientas y estrategias que permiten prevenir y resolver problemas.

Esta tesis concluye que el mindfulness tiene mucho que aportar a la educación, guardando relación con la investigación a realizar.

Castillo (2020) “Las TIC en los procesos de enseñanza-aprendizaje desarrollados por maestros tutores de Educación Primaria en la Región de Murcia” el objetivo principal conocer el uso que hacen de las TIC los maestros tutores de Educación Primaria de los colegios públicos de la Región de Murcia. Se empleó una investigación de tipo descriptiva con una metodología cuantitativa, en donde los datos recogidos se dieron mediante un cuestionario con un aproximado de 34 ítems de respuesta cerrada y 2 de respuesta abierta, dirigidos a 133 docentes.

De la presente investigación se evidenció que los docentes consideran que el uso de las TICs es esencial en el proceso de enseñanza-aprendizaje, puesto que son recursos innovadores y emergentes.

Es por tanto que, a partir del estudio antes mencionado, se concluye que el uso de las TIC en el ámbito educativo es esencial para preparar al alumnado de este siglo, ya que a partir de estas se podría generar la motivación que necesitan los estudiantes para tener un aprendizaje significativo.

Ramos (2021), en su estudio “Efectos de la práctica de mindfulness sobre la atención selectiva y sostenida y el control inhibitorio en alumnos de 4° y 5° año de Educación primaria”. El propósito de la presente investigación fue estudiar la relación entre el entrenamiento en mindfulness y la atención selectiva, la atención sostenida y el control inhibitorio. La presente investigación tuvo como muestra a 114 estudiantes entre el 4° y 5° de primaria de un colegio privado del AMBA – Argentina. Algunos estudiantes fueron considerados como grupo experimental, mientras que otros formaron parte del grupo control. Fue después de la aplicación de los programas del mindfulness, que no se registraron grandes progresos en la atención sostenida ni en el control inhibitorio de los estudiantes, pero sí se confirmó que hubo un efecto significativo en la atención selectiva tanto en el grupo control, como en el experimental.

El proyecto antes mencionado guarda relación con el estudio actual sobre la implementación de programas del Mindfulness, los cuales podrían contribuir en la mejora de la atención del estudiante, lo que es beneficioso para su aprendizaje.

Seplacan (2022), en su tesis titulada “Autorregulación emocional: Mindfulness para niños con TDAH en educación primaria” desarrollada en la universidad de Almería, tuvo como objetivo general revisar la evidencia científica sobre el comienzo del mindfulness dentro de la educación y su propósito. Dentro de los resultados obtenidos en la presente investigación fue que la inclusión del mindfulness en las escuelas se originó en años diferentes en diversos países, pero en aquellos en los que se implementó, tuvo resultados buenos como es el caso de los centros del Reino Unido, donde mediante ejercicios de voz, aumentaban la conciencia del momento, por lo que la atención y las sensaciones que aparecían en los estudiantes aumentaban la atención, capacidad y bienestar emocional.

Se confirma entonces con la presente investigación que existen evidencias sobre la eficacia del mindfulness para mejorar no solo en la sintomatología del TDAH, sino que, en los niños regulares también, ya que se ve una disminución de todas aquellas emociones negativas en los niños y esto se refleja en la atención que pueden percibir.

Arenilla (2023), en su tesis titulada “Análisis de la eficacia de los programas basados en mindfulness en educación secundaria obligatoria” su trabajo de investigación se realizó con el objetivo de analizar las intervenciones basadas en mindfulness (MBIs) llevadas a cabo en las diferentes etapas del ámbito educativo español y se evaluará la eficacia de la intervención con un programa basado en mindfulness en Educación Secundaria Obligatoria. La muestra que se utilizó para el análisis de este estudio fueron 1741 participantes, entre ellos, estudiantes de Inicia, Primaria, Secundaria, Bachillerato y Universidad. Los resultados que presentó la investigación fueron que el Mindfulness contribuyen en la mejora de la autoestima, la competencia emocional en las personas jóvenes promueve el crecimiento y autorrealización personal, así mismo también reduce el nivel de depresión.

Se puede afirmar que la implementación de programas basados en el mindfulness aporta cambios significativos en la conducta del estudiante, lo cual podría enfocarlo en su aprendizaje.

Mauriz y Fernández (2023) en su tesis titulada en la universidad de Oviedo - España “Una intervención educativa con adolescentes basada en el mindfulness: investigación cualitativa” el objetivo principal analizar la influencia de un programa de Mindfulness en el entorno escolar dentro del horario curricular a una población de adolescentes gracias a la percepción del alumnado, de sus familiares y de la tutora y jefa de estudios. La investigación fue de tipo cuantitativa en donde se realizó entrevistas individuales a grupos locales dentro de la comunidad educativa, la cual estuvo conformada por 17 estudiantes del 2°. Dentro de los resultados, se demostró una notable mejora en las relaciones interpersonales, así mismo también una mejor relajación y bienestar emocional, lo cual ha permitido aumentar la capacidad de concentración y atención del estudiante, lo cual permite ser conscientes del presente en el desarrollo de las actividades lectivas como las extraescolares.

Se concluye que los programas basados en Mindfulness son indispensables, ya que trae consigo, mejoras en la población estudiantil y beneficia a la comunidad educativa.

1.1.2 Nacionales

Dominguez (2022) en su tesis “Uso de herramientas digitales para mejorar la habilidad de escritura en inglés en una institución educativa de Huamachuco, 2022” planteó como objetivo principal el manifestar que las estrategias digitales desarrollan la habilidad de escritura del idioma inglés en los estudiantes del 4to grado de secundaria. El enfoque de la tesis mencionada fue cuantitativo, de tipo aplicada y diseño preexperimental. Su muestra estuvo conformada por 37 estudiantes a quienes se les aplicó un cuestionario validado por juicio de expertos y este

determinó que las herramientas digitales mejoran la habilidad de escritura en inglés, ya que en el pretest, el 68% de los estudiantes obtuvo un nivel bajo con respecto a la habilidad mencionada, para después de aplicar las herramientas digitales, en el post test, el 76% de los estudiantes obtuvo un nivel alto.

Lo cual demuestra que la habilidad de escritura en inglés y el uso de herramientas digitales están relacionadas, es por tanto que a mayor uso de estrategias que motiven al estudiante, el aprendizaje será óptimo.

Sarmiento (2021) en su investigación titulada como “Relación entre la motivación intrínseca y el aprendizaje del idioma inglés del nivel secundario en una I.E. Trujillo – 2021” sostuvo dentro de su objetivo principal el determinar la relación que existe entre la motivación intrínseca y el aprendizaje del idioma inglés dentro de los estudiantes de la institución. Para el desarrollo de la investigación se empleó un enfoque cuantitativo, de diseño no experimental y de nivel correlacional. Fueron un total 21 alumnos los elegidos de forma voluntaria, a quienes se les evaluó mediante una rúbrica validada por juicio de expertos. Esta rúbrica evaluó las 4 habilidades comunicativas (habla, escucha, lectura y escritura) y fue después su aplicación que la autora de la investigación pudo comprobar, que sí existe relación entre la motivación y el aprendizaje del inglés, ya que el alumnado que tiene una buena motivación obtuvo una mejor calificación.

Por lo cual concluyo que, si empleamos metodologías que generen motivación en los estudiantes, su mejora y/o aprendizaje, será el esperado.

Idrogo (2019) en su tesis “Talleres con estrategias significativas que utilizan las TIC para lograr un mejoramiento significativo en la producción escrita basada en el enfoque

comunicativo de David Nunan con estudiantes del II ciclo de desarrollo de software en SENATI – Tarapoto – Perú” tuvo como objetivo, diseñar y promover talleres para la enseñanza del Inglés, haciendo uso de las TICs, que están apoyadas en el enfoque comunicativo y las cuales permitan desarrollar y mejorar significativamente la habilidad escrita en esta lengua extranjera. El presente estudio tuvo como muestra a 25 estudiantes del instituto SENATI, a quienes se les aplicó un pretest en donde los resultados reflejan el bajo nivel que poseen en la habilidad de escritura, la cual impide a los estudiantes poder estructurar oraciones, párrafos y textos. Fue después de obtener los resultados mencionados, que se les diseñó los talleres, enfocados en mejorar la habilidad de escritura en inglés y para lo cual se eligieron estrategias de las TIC, las cuales estaban basadas en el enfoque comunicativo, los cuales incluyeron la motivación e interacción y se basaron en Websites y Apps que sirvieron para mejorar la precisión, vocabulario, gramática, cohesión y coherencia de los alumnos.

A partir del estudio mencionado se puede afirmar que la relación entre las TICs, la motivación y la mejora en la habilidad de escritura es significativa, por tanto, podría ser beneficioso el uso de estas herramientas durante el proceso de enseñanza – aprendizaje.

Jimenez (2023) en su investigación titulada como, “Motivación y competencia escribe en inglés en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa 0236, Huallaga – 2023” sostuvo como objetivo principal, determinar la relación que existe entre la motivación y la competencia escrita en inglés en los estudiantes de secundaria de la Institución antes nombrada. Dicha investigación fue de tipo básica, de diseño no experimental, transversal y descriptivo correlacional, cuya población estuvo compuesta por 135 estudiantes y la muestra utilizada fue de 63 estudiantes. La encuesta fue la técnica de recolección de datos y como instrumento de evaluación se utilizó el cuestionario. Los resultados obtenidos después de la evaluación fue que

el nivel de motivación en los estudiantes es bajo en 4.8%, medio en 44,4% y alto en 50,8%; mientras que los resultados sobre el nivel de la competencia escrita en inglés arrojaron que el 9.5% están en inicio, en proceso 74.6% y destacado el 15.9% de los estudiantes. Por lo cual Jimenez concluye que existe relación significativa entre la motivación y la competencia de escritura en inglés.

Esto demuestra que al promover la implementación de técnicas que motiven en el desarrollo del proceso de enseñanza - aprendizaje, los estudiantes mejorarán significativamente la competencia de escrita en inglés.

Villalobos (2023) “Programas mindfulness para prevenir la ansiedad desadaptativa en estudiantes de un instituto superior pedagógico de Santa Cruz, Cajamarca” la presente investigación tuvo como objetivo de estudio el aplicar un programa Mindfulness para prevenir la ansiedad desadaptativa en estudiantes. El enfoque utilizado fue mixto, es por tanto que se emplearon técnicas cualitativas y cuantitativas. Fueron 52 estudiantes y 6 docentes, la muestra de estudio, quienes fueron evaluados con un pre test donde se evidenció insuficiencias a nivel general y un post test en el que se comprobaron cambios positivos con respecto a la disminución de la ansiedad desadaptativa, concluyendo de esta manera que la aplicación del programa de Mindfulness influye significativamente en los cambios positivos, con relación a la reducción de la ansiedad, siendo eficaz para prevenirla, generando de esta forma, mayor concentración en otros aspectos.

Es importante tomar en cuenta los datos que nos muestra la presente investigación, ya que esta nos corrobora que la implementación de programas del Mindfulness, intervienen eficientemente en la reducción de la ansiedad, produciendo de esta manera, mayor concentración.

1.1.3 Locales

Lluen (2018) en su investigación titulada “Estrategias didácticas usando las TIC’S para mejorar el proceso de enseñanza aprendizaje en la I.E. Elvira García Y García del distrito de Chiclayo”. Región Lambayeque. 2017” planteó como objetivo principal, diseñar estrategias didácticas usando las TICs para mejorar el proceso de enseñanza aprendizaje en la Institución Educativa antes mencionada. El presente estudio fue de tipo cuantitativo, propositivo y para su desarrollo, se contó como población y muestra, a los docentes de la I.E., a quienes se les aplicó el instrumento de recolección de datos. Los resultados que obtuvo esta investigación fueron que los docentes reconocen la importancia de la implementación de las TICs, así mismo también se demostró que existe un preocupante porcentaje de docente que dijeron desconocer plataformas e-learning, lo cual podría contribuir significativamente en la enseñanza-aprendizaje, del alumnado de esta década.

Es mediante la investigación realizada, que se concluye que es de suma importancia implementar estrategias didácticas que integren el uso de las TIC’S, ya que contribuyen en la mejora del proceso de enseñanza.

Medina (2019) en su tesis “Aplicación de Tecnología Multimedia en la Enseñanza-Aprendizaje del Idioma Inglés en las alumnas de segundo grado de secundaria de la I.E. “Santa Magdalena Sofía”-Chiclayo” tuvo como objetivo principal diseñar, elaborar y aplicar el Programa de aplicación Multimedia, en las estudiantes con la finalidad de desarrollar sus habilidades comunicativas dentro y fuera del aula. La investigación fue de tipo experimental y los instrumentos utilizados fueron el plan experimental, el pre y post test. La muestra será dividida en 2, el grupo control y experimental, un primer grupo corresponde a los 25 estudiantes de la sección de 2ºD, a quienes se les aplicará el proyecto y la sección 2ºC, que está conformada

por 24 estudiantes, con quienes se trabajará sin aplicar las TICs. Después de la aplicación del proyecto, la autora manifiesta dentro de sus resultados que las TICs, aumentaron el interés del alumnado ya que tuvieron opción para practicar en un nuevo ambiente, tomando en cuenta su ritmo y motivación para su aprendizaje, así mismo también se manifiesta que el uso de las TICs en el área de Inglés, mejoró significativamente en sus resultados, puesto que se utilizaron actividades educativas, como también de entretenimiento, lo cual genera motivación en el estudiante.

De la presente investigación se concluye que, al aplicar la tecnología dentro del aula, esta ayuda significativamente en la enseñanza – aprendizaje no solo del inglés, sino en cualquier área, ya que esta contribuye en la motivación del estudiante.

Guevara (2021) “Textos significativos para mejorar la comprensión lectora de los estudiantes del curso de inglés-Nivel 3 del programa regular de pregrado de la Universidad César Vallejo-Filial Chiclayo-2018” tuvo como objetivo principal Determinar el nivel de influencia de los textos significativos sobre los niveles de aprendizaje de los estudiantes. La investigación fue de tipo descriptivo, no experimental, prospectivo Y para la población y muestra se contó con 32 estudiantes del curso de inglés, los cuales estaban en el nivel 3 del programa regular de pregrado de UCV – Chiclayo. Dentro de los resultados que se obtuvo fue que, el alumnado tomado para la muestra, no sabe realizar inferencias de la información de un texto, puesto que según manifiestan, durante el proceso de enseñanza – aprendizaje, no suelen expresar comentarios, tampoco juicios, ni opinan sobre el contenido del autor, es por tanto que existe una carencia de motivación entre los estudiantes, lo cual se ve reflejado en los preocupantes resultados, por lo cual se promueve talleres donde el docente contribuya con su material a motivar a los estudiantes para la mejora en el área.

Gracias al presente estudio, se confirma que la carencia de motivación influye significativamente en el aprendizaje, ya que, si el estudiante no se ve atraído por las diferentes sesiones a realizar, será poco probable que su aprendizaje sea significativo.

1.2. Bases teóricas

1.2.1 Mindfulness

1.2.1.1. Historia del Mindfulness

El mindfulness, o también llamado como su traducción al español “atención plena” o “conciencia plena”, es un enfoque psicológico y filosófico, originario de una tradición budista, la cual se asentó hace 2500 años aproximadamente. Este planteamiento implica la observación atenta al momento presente y sin juzgar.

La historia del mindfulness refleja que esta ha pasado de ser una práctica principalmente espiritual a ser un fenómeno cultural y una fuente de información e investigación activa, la cual, a su vez, nos muestra la adaptabilidad que ha tenido a diferentes contextos tales como empresas, centros educativos y entre otras organizaciones que han adaptado sus programas para mejorar el bienestar de su población. Durante las últimas décadas, la práctica del mindfulness se ha transformado en un enfoque no religioso y se ha podido adaptar a diferentes contextos, tales como el psicológico, escolar, etc.

En la actualidad el mindfulness ha renunciado a la religión, pero éste, en su inicio se basó de 3 pilares de la budista de aquella época, como la conciencia plena, la observación del sentir y el aprendizaje de la compasión siempre.

La difusión del mindfulness inició en occidente a mediados del siglo XX, con la presencia de Jon Kabat Zinn, quien fue un profesor de medicina y una pieza fundamental para desarrollar el programa MBSR (Mindfulness-Based Stress Reduction) en la universidad de

Massachussets en 1970. Este programa adaptó 8 semanas de la aplicación de técnicas del mindfulness para pacientes que padecían dolor incesable, originado por distintas enfermedades y que no respondían a las terapias habituales, es por tanto se consideró necesario la aplicación de la meditación, la atención plena y entre otros procesos para la reducción del estrés y del dolor, que traían por consecuencia, la mejora de la salud. Es por estos motivos que a fines del siglo XX, los centros del MBSR trabajan de manera independiente puesto que los programas demostraron beneficios en la salud humana.

Durante las últimas décadas, la práctica del mindfulness se ha transformado en un enfoque no religioso y se ha podido adaptar a diferentes contextos, tales como el educativo, psicológico, médico y entre otros. Ya que cada día, surgen nuevas evidencias que fundamentan que el mindfulness tiene un sinfín de posibles aplicaciones en diferentes campos.

1.2.1.2. Autores que hablen del mindfulness

A lo largo del tiempo, el mindfulness ha sido conceptualizado bajo las diferentes perspectivas de distintos autores.

Jon Kabat Zinn, no solo fue uno de los pioneros en la investigación del mindfulness, sino también uno de los más influyentes. Fue él quien definió al mindfulness como el “prestar atención de manera intencional, en el momento presente y sin juzgar” esto se menciona dentro de su libro titulado “Wherever You Go, There You Are”.

Thich Nhat Hanh, fue un budista vietnamita y activista de la paz, que se encargó de popularizar el mindfulness, conceptualizándolo como, “estar presente en cada momento, saber lo que ha sucedido dentro y alrededor de nosotros”.

Ellen Langer es una psicóloga social, reconocida por su investigación realizada, sobre la mente consciente. Ella define a este enfoque como “la simple actitud de estar abierto y atento al momento presente, sin prejuicios ni expectativas”.

Kabir Helminski, autor y traductor de textos que ha incluido principios del sufismo con el mindfulness y fue también quien describió a este último planteamiento como “la práctica de la conciencia del corazón, la apertura y la atención amorosa hacia uno mismo y hacia los demás”.

Joseph Goldstein, maestro de meditación vipassana y explorador de la relación entre el mindfulness y la meditación. Definió al mindfulness como “la capacidad de observar los procesos mentales con claridad y ecuanimidad, sin apearse ni identificarse con ellos”.

Sharon Salzberg, pieza fundamental en la introducción del budismo en occidente ha enfocado al mindfulness en la compasión y la bondad amorosa, ella la ha descrito como “el cultivo de la atención amorosa y compasiva hacia uno mismo y hacia los demás”.

1.2.1.3. Fundamentos psicológicos

Los fundamentos psicológicos del mindfulness están basados en una comprensión profunda de la mente humana y en como se puede cultivar relaciones más saludables y conscientes con nuestros pensamientos, emociones y experiencias.

Vivir el presente

El mindfulness destaca la importancia al estar plenamente presentes en el momento actual, lo cual implica focalizar la atención en el hoy sin tomar en cuenta lo pasado o futuro. Vivir el presente enfatiza la atención consciente a las experiencias sensoriales, emocionales y cognitivas en el aquí y ahora.

Aceptación

La aceptación como fundamento psicológico del mindfulness comprende el reconocimiento de experiencias, tal y como sucedieron, sin la pretensión de modificarlas ni juzgarlas, lo cual no implica resignación, por lo contrario, pretende la apertura y comprensión de las mismas.

Sin juicios

Se promueve la observación sin juicios de los pensamientos, emociones y sensaciones corporales. En lugar de valorar las experiencias como “buenas” o “malas”, se practica la observación imparcial y aceptación de lo sucedido.

Transformar las emociones negativas

El mindfulness expone de manera diferente a lo habitual, la relación que debería de existir entre las personas y las emociones “negativas” como la ira, la ansiedad, la tristeza y entre otras. Es decir, en lugar de reaccionar ante ellas, aprender a observarlas con compasión y ecuanimidad con la intención de conducir a una transformación gradual y una mayor resiliencia emocional.

Programas

Hace algunas décadas atrás, el mindfulness ha cobrado gran popularidad y aceptación en diferentes sectores. A lo largo de los años se ha integrado en el ámbito educativo, como herramienta que promueve el bienestar emocional, la mejora de la atención y el rendimiento académico, así mismo también, permite fomentar habilidades socioemocionales.

Algunos de los programas destacados del mindfulness que intervienen en la educación, son:

Mindup; Desarrollado por la Fundación Goldie Hawn, este programa de educación en mindfulness combina prácticas de la atención plena con neurociencia, educación emocional y técnicas de autorregulación. Este programa ha demostrado beneficios significativos en el bienestar emocional y rendimiento académico de los estudiantes, así como en la mejora del clima escolar y las relaciones entre compañeros. Este busca equipar a los estudiantes con habilidades para la vida, que les sirvan en su crecimiento personal y académico a lo largo de su vida.

Mindful Schools; Es una organización sin fines de lucro con sede en California, fundada en 2007 por Megan Cowan y Richard Shankmand. Su misión es capacitar a educadores, líderes escolares y padres, para integrar prácticas del mindfulness en entornos educativos y el día a día de niños y jóvenes. Este programa se desarrolló considerando las diferentes necesidades de los estudiantes, desde preescolar hasta secundaria y se basa en el entrenamiento de la atención para desarrollar habilidades de autoconciencia, empatía y resiliencia en el entorno escolar. El Mindful Schools desempeña un rol importante en la promoción del mindfulness en la educación, capacitando y proporcionando recursos para integrar las prácticas de atención plena en las escuelas y en la vida diaria de estudiantes.

Inner Explorer; Programa diseñado específicamente para entornos educativos, el cual tiene por objetivo ayudar a los estudiantes a desarrollar habilidades de atención plena y bienestar emocional, promoviendo de esta manera un entorno de aprendizaje más saludable y positivo. Este proporciona sesiones de audio grabadas que pueden escuchar docentes y alumnos y abordan ejercicios de meditación guiada, respiración consciente y reflexiones sobre temas como la gratitud, compasión y autorregulación emocional, los cuales se pueden practicar diariamente por un tiempo breve de 5 a 10 minutos, lo que permite su fácil integración en la rutina escolar.

Learning to Breathe; Programa elaborado por Patricia Broderick, como una intervención basada en la evidencia para ayudar a los jóvenes a desarrollar habilidades de atención plena y regulación emocional. Éste tiene como objetivo enseñar a los adolescentes, técnicas del mindfulness para ayudarles a manejar el estrés, las emociones difíciles y mejorar su bienestar emocional y mental en general. Está estructurado en un formato de 8 semanas, con sesiones de una hora que se pueden llevar a cabo en un entorno educativo, pero también puede ser adaptado en una variedad de entornos, incluidos los programas de prevención de violencia juvenil, salud mental y entre otros entornos comunitarios.

1.2.1.4. Protocolos de implementación

La integración del mindfulness dentro de las escuelas puede ser beneficioso para los docentes, estudiantes, administrativos y entre otros miembros del centro educativo, pero requiere un enfoque cuidadoso para garantizar su efectividad y aceptación.

Establecer objetivos claros y específicos, los cuales permitan generar resultados a corto y largo plazo.

Selección de programas o recursos que mejor se adapten a las necesidades y objetivos planteados para la población.

Formación del personal, proporcionando capacitaciones continuas y adecuadas para facilitar a los instructores, el aprendizaje de las prácticas y técnicas que desarrollarán en las sesiones del mindfulness.

Integración en la programación, incorporándolo de manera coherente y sostenible en el tiempo, ya sea con la integración de esta técnica durante las actividades ya existentes o durante el inicio o final de la jornada.

Involucrar a los estudiantes, diseñando sesiones que sean interactivas y que influyan la participación del alumnado con ejercicios prácticos y de reflexión.

Crear ambientes apropiados, designando espacios específicos para la aplicación de las diferentes técnicas.

Prácticas breves y graduables, iniciando con sesiones cortas y adaptadas para la edad y nivel de desarrollo de los estudiantes y posteriormente aumentar la complejidad y duración a medida que los mismos adquieran experiencia y habilidad.

Evaluación continua, con la finalidad de medir el impacto del programa incluido y recopilar retroalimentación de los mismos participantes, con la intención de identificar el éxito y/o áreas de mejora.

Fomentar la conciencia, utilizando actividades de reflexión que permitan la comprensión de los beneficios que trae consigo la aplicación y práctica de las diferentes técnicas del mindfulness.

Colaboración con el entorno, involucrando a todos los miembros de la comunidad educativa, con la finalidad de promover el bienestar emocional y mental.

Adaptación a necesidades individuales, ofreciendo variedad de prácticas y proporcionando apoyo y orientación personalizada a los estudiantes que puedan beneficiarse de intervenciones adicionales.

Promover la sostenibilidad, fomentando una cultura escolar que permita reconocer la importancia de las prácticas del mindfulness y el apoyo a la salud mental.

1.2.1.5. Beneficios

Mejora la atención y concentración, ya que, al practicar la observación consciente de los pensamientos, emociones y sensaciones físicas, los participantes pueden aprender a reconocer las distracciones para luego redirigir su atención hacia lo que es realmente importante.

Reduce el estrés y la ansiedad. Estudios han demostrado que la práctica del mindfulness podría ayudar a manejar de mejor manera el estrés académico y las presiones sociales, así como también ha permitido lidiar el estrés relacionado al trabajo de los maestros.

Mejora las habilidades socio-emocionales. La aceptación de las emociones propias y las de los demás, contribuye de manera significativa a la resolución de conflictos de manera constructiva y la construcción de relaciones sólidas y satisfactorias.

Mejor desempeño académico, si bien es cierto, la relación existente entre ambos aspectos no está del todo comprobada, pero se podría indicar que la práctica del mindfulness, mejora la atención, concentración y el autocontrol de los participantes, factores importantes que podrían garantizar el éxito académico.

Mejora la autoconciencia al desarrollar una mayor claridad sobre nosotros mismos y nuestras necesidades, lo que permite tomar decisiones más informadas y alineadas con valores y metas.

Clima escolar positivo, puesto que se promueve la empatía, la compasión y la comunicación efectiva entre todos los miembros de la comunidad, generando así una sesión de conexión y pertenencia.

Desarrollo de habilidades de regulación a largo plazo. La autorregulación emocional, la resiliencia y la capacidad para manejar el estrés, no solo son habilidades beneficiosas en un contexto escolar, sino también importantes para afrontar la vida cotidiana.

1.2.1.6. Impacto en el clima escolar

En los últimos años, el impacto que ha tenido el mindfulness en las escuelas ha sido objeto de numerosos estudios e investigaciones. Aunque los resultados han sido variados, tomando en cuenta los contextos y la aplicación de los distintos programas, en general se han observado impactos significativos en los diferentes aspectos del ambiente escolar y el bienestar de los estudiantes.

1.2.2 Motivación

La motivación es un conjunto de fuerzas internas o externas que impulsan a una persona a iniciar, dirigir y mantener una conducta destinada para un objetivo específico. La motivación resulta ser un tipo de energía psíquica que mueve a la persona a actuar de tal manera en que se logre alcanzar lo deseado; y a su vez es el motor que impulsa a tomar acción y a perseverar a pesar de dificultades. La motivación es esencial para el éxito en todos los ámbitos de la vida, desde el aprendizaje y el trabajo, hasta las relaciones personales y salud.

Para Iriarte (2007), define a la motivación como el tener un objetivo, decidirse a alcanzarlo y mantener el esfuerzo para lograrlo.

La motivación es un concepto ampliamente estudiado dentro de la psicología y otras disciplinas, y a su vez existen numerosas teorías que explican el funcionamiento de la motivación, pero no hay una única teoría que sea universalmente aceptada; sin embargo, hay muchos factores que son importantes para la motivación; tales como, las necesidades, los deseos, valores, creencias y expectativas.

Abraham Maslow define a la motivación como al impulso o fuerza que dirige el comportamiento humano hacia la satisfacción de necesidades específicas. Maslow, en 1943

propuso la “Teoría de la Motivación Humana”. Esta teoría surge de la idea que los seres humanos tienen necesidades básicas. Maslow, divide en 5 categorías a las necesidades; y las clasifica según su importancia y factores que las motivan. La teoría de la motivación afirma que solo en cuanto se ha satisfecho las necesidades básicas del nivel inferior, tales como las necesidades fisiológicas y de seguridad, pueden expresarse las del nivel superior.

Es decir, para el presente autor, la motivación es el proceso que impulsa a las personas a buscar satisfacción de sus necesidades, desde las más básicas, hasta las más elevadas.

Víctor Vroom, expone que la motivación se basa en las expectativas individuales sobre la relación entre el esfuerzo, el rendimiento y las recompensas. Vroom propone la teoría de la expectativa, la cual es un modelo de motivación que se centra en que los esfuerzos conducirán al rendimiento deseado y que este mismo conducirá a recompensas deseadas, dado que estas, son valoradas por el individuo. Vroom expuso que la motivación para realizar una acción, puede estar determinada por tres factores principales; expectativa, instrumentalidad y valencia.

Para Vroom, la motivación es un proceso cognitivo que implica evaluar la relación entre el esfuerzo, rendimiento y resultados esperados.

1.2.2.1. Importancia en el comportamiento

La motivación es un elemento fundamental en el comportamiento humano; ya que esta es la fuerza que impulsa a las personas a actuar, a tomar decisiones y a perseguir sus objetivos trazados. Según Naranjo (2009), la motivación es un aspecto de gran importancia en diversas áreas de la vida, puesto que esta orienta las acciones que las personas toman, para cumplir con sus objetivos.

1.2.2.2. Teoría de la motivación

Motivación humana – Maslow

La teoría de la Motivación humana, desarrollada por Maslow se presentó en 1943. Esta consiste en jerarquizar a las necesidades y los factores que podrían motivar a las personas a cumplir con lo deseado. La pirámide planteada por Maslow grafica 5 categorías de necesidades y las ordena de forma ascendente según la importancia de las mismas en la supervivencia humana. Él autor considera que solo cuando una necesidad fue satisfecha, se originará una nueva.

Dentro de las 5 categorías de las necesidades, podemos encontrar a las siguientes; fisiológicas, de seguridad, de pertenencia, de estima y de realización. A su vez estas categorías fueron subdivididas en dos, las “deficitarias”, las cuales refieren a la falta o carencia y las relacionadas al “desarrollo del ser”, estas se enfocan en la ocupación del o desarrollo del individuo.

Factores que influyen en la motivación:

Internos

Necesidades: Las necesidades influyen en la motivación puesto que estas intervienen en la toma de decisiones y el comportamiento humano para poder satisfacerlas.

Emociones: Las emociones juegan un rol fundamental dentro de la motivación, ya que estas activan el comportamiento e influyen en la valoración de estímulos.

Valores: Los valores sirven como guía que proporcionan orientación para el logro de las metas, proporcionando un significado y propósito.

Autoestima: La autoestima influye dentro de la motivación, puesto que esta interviene en la seguridad de la persona para cumplir con sus objetivos.

Externos

Objetivos: Los objetivos actúan a manera de enfoque y determinación para poder cumplir una meta final.

Retroalimentación: La retroalimentación refuerza el comportamiento deseado, el cual ofrece oportunidades de mejora para realizar dicha actividad.

Recompensas: Las recompensas impulsan el cumplimiento de objetivos, ya que estos actúan como refuerzos positivos.

Entorno: El entorno contribuye en la motivación, puesto que este influye en las percepciones, expectativas y oportunidades de la persona, para promover su compromiso y rendimiento.

1.2.2.3. Tipos de motivación

Motivación intrínseca; La motivación intrínseca refiere a aquella que surge de un interés, placer o satisfacción interna, al realizar una actividad, sin requerir influencia externa tangible, como el adquirir recompensas materiales, monetarias, o entre otros. Este tipo de motivación se relaciona con aquellas personas que accionan únicamente por la satisfacción de cumplir la actividad.

Teorías que influyen:

Teoría del flujo; La Teoría del Flujo, propuesta por Mihaly Csikszentmihalyi (1990), explica el estado psicológico óptimo en el que una persona se encuentra completamente inmersa en una actividad, experimentando concentración profunda, disfrute y motivación intrínseca. Este estado ocurre cuando existe un equilibrio entre el nivel de desafío de la tarea y las habilidades del individuo, lo que favorece una

experiencia de aprendizaje significativa. En el contexto educativo, el flujo se manifiesta cuando los estudiantes participan activamente en actividades que resultan retadoras pero alcanzables, promoviendo la atención sostenida, el compromiso cognitivo y un mayor rendimiento académico.

Teoría de la autodeterminación; La Teoría de la Autodeterminación, desarrollada por Deci y Ryan (1985, 2000), sostiene que la motivación humana depende del grado en que se satisfacen tres necesidades psicológicas básicas: autonomía, competencia y relación social. Esta teoría diferencia entre motivación intrínseca y extrínseca, destacando que la primera se fortalece cuando las personas sienten que controlan sus propias acciones, se perciben capaces de realizar las tareas propuestas y mantienen vínculos sociales positivos. En el ámbito educativo, esta teoría fundamenta la importancia de generar ambientes de aprendizaje que fomenten la participación activa del estudiante, el sentido de logro personal y la autorregulación del aprendizaje.

Teoría de la competencia

Motivación extrínseca; La motivación extrínseca es un tipo de motivación en la que la persona realiza una actividad o comportamiento para obtener una recompensa externa o evitar un castigo. A diferencia de la motivación intrínseca, en la que la persona realiza la actividad por el placer o la satisfacción que produce en sí misma, la motivación extrínseca está impulsada por factores externos. Esto puede incluir recompensas tangibles como dinero, reconocimiento, social, status, entre otros.

La motivación extrínseca puede ser efectiva para iniciar una actividad o tarea, pero su durabilidad y calidad de desempeño a largo plazo pueden variar, ya que depende de la presencia continua de los estímulos externos.

Teorías que influyen:

Teoría del reforzamiento; La Teoría del Reforzamiento, fundamentada en el conductismo de B. F. Skinner (1953), sostiene que la conducta humana está determinada por sus consecuencias. Según esta teoría, las conductas que son seguidas por reforzadores positivos tienden a repetirse, mientras que aquellas que no reciben refuerzo o son castigadas disminuyen su frecuencia. En el contexto educativo, el reforzamiento se utiliza como estrategia para fortalecer conductas deseadas, como la participación, el esfuerzo y el cumplimiento de actividades, mediante estímulos externos como elogios, reconocimientos o recompensas.

Teoría de la expectativa; La Teoría de la Expectativa, desarrollada por Víctor Vroom (1964), plantea que la motivación de una persona depende de tres factores principales: la expectativa (creencia de que el esfuerzo conducirá a un buen desempeño), la instrumentalidad (percepción de que el desempeño será recompensado) y la valencia (valor que se le otorga a la recompensa). Esta teoría explica que los individuos se esfuerzan más cuando consideran que sus acciones producirán resultados favorables y valiosos. En educación, esta teoría permite comprender cómo las percepciones de logro y recompensa influyen en el interés, la dedicación y el rendimiento académico de los estudiantes.

1.2.2.4. Interrelación entre motivación intrínseca y extrínseca

Las motivaciones intrínsecas y extrínsecas interactúan de diversas maneras; puesto que las personas se motivan tanto por estímulos internos como externos. Ambas se influyen al reforzarse mutuamente al recibir recompensas tangibles como congruentes con los valores e intereses de una persona.

1.2.2.5. Influencia en el comportamiento

La motivación direcciona al comportamiento para cumplir con sus objetivos, puesto que, esta proporciona la energía que la persona necesita para iniciar y mantener una acción.

Las personas motivadas disponen de su tiempo y esfuerzo para cumplir con las actividades que consideran gratificantes.

La motivación influye también en la selección y toma de decisiones, ya que las personas pueden restringirse de actividades que le generan placer, con el propósito de cumplir una meta a largo plazo, que considere significativa.

Es decir, la motivación influye en el comportamiento, al brindar dirección, energía y persistencia, para de esta manera obtener resultados positivos, como el de alcanzar metas.

1.2.2.6. Influencia en la educación

La motivación influye en el compromiso y la participación de los estudiantes dentro del aula. Aquellos alumnos mayores motivados, estarán más involucrados en el desarrollo de una sesión. Estos mostrarán mayor interés y estarán dispuestos a dedicar mayor tiempo y refuerzo de sus estudios, en relación a aquellos estudiantes que carezcan de la misma.

La motivación está directamente relacionada con el rendimiento académico de los estudiantes, aquellos que estén motivados, tendrán mayores desempeños en sus evaluaciones y, por tanto, mejores calificativos.

La motivación afecta la perseverancia de los estudiantes y a su vez influye en la confianza y capacidad que ellos puedan generar en sí mismos, al cumplir con sus metas educativas.

Es decir, la motivación, afecta al compromiso, rendimiento y logro de los estudiantes. Este fomenta y mantiene el comportamiento que promueve un aprendizaje significativo.

1.2.3 Recursos digitales

Desde el 2020, año que trajo consigo múltiples cambios en nuestras vidas, empezando con la alteración de nuestra rutina diaria, hasta la variación en aspectos que creíamos ya establecidos como el proceso de enseñanza-aprendizaje; es desde aquel momento, que nuestra idea sobre un aprendizaje dentro de un aula, cambió, ya que docentes y alumnos, encontramos dentro de las distintas plataformas en internet, la posibilidad de aprender de una manera diferente, pero igual de efectiva. Para muchos, la implementación de un dispositivo electrónico en su aprendizaje, pudo resultar favorable ante lo que acontecía, ya que este método puede repercutir en la motivación que una persona encuentra, para mejorar sus resultados académicos.

Hoy en día, desde muy pequeños, tenemos acceso a los dispositivos electrónicos, hecho que podríamos valorar de forma negativa, al tomar en cuenta el daño que podría causar el uso excesivo de las pantallas en nuestra salud; no obstante, tendríamos que considerar que el uso controlado y responsable de estos instrumentos, podría ayudarnos a resolver múltiples dificultades que se nos puedan presentar. En ocasiones, se llega a considerar al tiempo, como un factor en contra o que nos coloca en desventaja para tomar la iniciativa de aprender, situación que, al tener acceso a un dispositivo, ya no es más un obstáculo debido a la facilidad con la que uno puede encontrar información e instruirse, sin la necesidad de alterar su rutina.

Sabemos que la tecnología está influenciando en nuestra vida cotidiana, que los niños, hoy manejan los diferentes aparatos electrónicos como elementos naturales, debido a la presencia de los mismos en su crecimiento. Es por tanto que, como docentes, tenemos la posibilidad de incluir a estas herramientas, tomando en cuenta a los recursos educativos que hallamos en las distintas plataformas, como apoyo para el aprendizaje de los estudiantes, ya que muchos de ellos pueden encontrar la motivación necesaria para que los contenidos enseñados, sean aprendidos de forma significativa.

1.2.3.1. Definición

Un recurso digital, se define como, todo tipo de información, que se puede encontrar almacenada en formato digital. Según el ISBDR en 1997, define a los recursos digitales como a todos los materiales codificados, que pueden ser manipulados por una computadora y consultados de manera directa o por acceso electrónico remoto. Estos nos permiten facilitar el almacenamiento, organización y recuperación de grandes cantidades de información.

Es decir, un recurso digital es cualquier tipo de contenido, información o elemento que se encuentra en formato digital o electrónico, lo que significa que está almacenado y se puede acceder a través de medios digitales, como computadoras, dispositivos móviles o en línea. Estos recursos pueden incluir una amplia variedad de contenido, como texto, imágenes, audio, video, aplicaciones, software, documentos electrónicos, bases de datos y más.

1.2.3.1.1. Recurso digital educativo

Según Ana Rivera, los recursos digitales son todo tipo de material e información codificada y almacenada en ordenadores o servidores de internet. Estos responden al cumplimiento de los diferentes objetivos de aprendizaje específicos y se adaptan de manera fácil a las necesidades e intereses de los estudiantes y docentes. Este tipo de recurso, está desarrollado

con la finalidad de facilitar en la adquisición de conocimiento informado sobre diferentes temas y ayuda en el refuerzo de temáticas y procesos. Es decir, estos son necesarios para poder facilitar y fortalecer en el estudiante, sus destrezas, capacidades y habilidades.

Los recursos educativos digitales aprovechan la tecnología para ofrecer ventajas como la interactividad, la adaptabilidad al ritmo del estudiante y la accesibilidad desde cualquier ubicación con conexión a Internet. Estos recursos son utilizados en instituciones educativas, empresas, organizaciones sin fines de lucro y por individuos que buscan aprender y mejorar sus habilidades en una amplia variedad de temas.

Un recurso educativo digital es un material o herramienta diseñada y creada específicamente para facilitar el proceso de enseñanza y aprendizaje utilizando tecnología digital. Estos recursos pueden tomar diversas formas y abarcar una amplia variedad de contenidos y formatos.

¿Dónde se presenta?

Los recursos virtuales están presentes dentro de diversos entornos de aprendizaje, los cuales permiten al estudiante, acceder fácil y rápidamente a la información. Estas se muestran como metodologías activas de enseñanza, mediante las que se permite proporcionar una interrelación entre el docente y el estudiante, permitiendo así organizar e implementar el contenido de la asignatura simulando la educación presencial.

Importancia

Los recursos educativos digitales desempeñan un papel fundamental en la transformación de la educación en la era moderna. Su importancia radica en su capacidad para democratizar el acceso a la educación de alta calidad, superando barreras geográficas y económicas. Esto no solo amplía las oportunidades de aprendizaje para una audiencia global,

sino que también permite un aprendizaje personalizado y flexible, adaptado a las necesidades individuales y las agendas ocupadas de los estudiantes. Además, fomentan la colaboración y el intercambio de conocimientos, creando comunidades globales de aprendices y mentores que enriquecen la experiencia educativa. En un mundo cada vez más digital, los recursos educativos digitales se han convertido en un vehículo crucial para el desarrollo de habilidades y el empoderamiento a lo largo de la vida.

1.2.3.1.2. Influencia en la educación

Este tipo de recursos tiene cada vez mayor influencia significativa dentro de los diferentes ámbitos educativos ya que, gracias a ellos, la enseñanza se dinamiza, generando la motivación que el estudiante necesita para su aprendizaje, así mismo también, permiten fortalecer la comunicación entre los docentes y alumnos, lo cual faculta al educador conocer las necesidades y poder brindar las soluciones adecuadas. Al mismo tiempo, los recursos digitales educativos permiten la comprensión de diferentes temas sin centrarse netamente en la definición de conceptos sino en el entendimiento de los procesos.

1.2.3.1.3. Efectividad

Los recursos educativos digitales han demostrado ser altamente efectivos en la mejora del proceso de aprendizaje. Su capacidad para ofrecer contenido de alta calidad de manera interactiva y atractiva ha llevado a un aumento significativo en la retención de conocimientos. La flexibilidad que ofrecen, permitiendo a los estudiantes aprender a su propio ritmo y adaptar el material a sus necesidades individuales, contribuye a un aprendizaje más efectivo y duradero. Además, la retroalimentación instantánea y la posibilidad de realizar un seguimiento del progreso facilitan la identificación y corrección de debilidades de manera eficiente. La variedad de formatos multimedia, como videos, simulaciones y juegos interactivos, también enriquece la experiencia de aprendizaje, catapultando la motivación y estimula la participación activa de los

estudiantes. En resumen, la efectividad de los recursos educativos digitales radica en su capacidad para personalizar, enriquecer y optimizar el proceso educativo, maximizando así el logro de objetivos de aprendizaje.

1.2.3.1.4. Componentes

Soporte: Infraestructura con tecnología digital.

Contenido: Mensaje que transmite el recurso.

Servicio: Finalidad del recurso.

1.2.3.1.5. Características

Puede ser fácilmente alcanzado o utilizado.

Capaz de ajustarse o cambiar según las necesidades o circunstancias.

Capaz de resistir el desgaste y el paso del tiempo.

Capaz de adaptarse y cambiar de forma cómoda y efectiva.

Puede funcionar y comunicarse de manera efectiva con otros sistemas.

Compuesto por módulos independientes que se pueden combinar o ensamblar de diferentes maneras.

Fácil de transportar o llevar consigo.

Fácil de usar y adecuado para su propósito previsto.

Puede ser utilizado nuevamente en diferentes contextos o situaciones

1.2.3.1.6. Formatos

Textuales: Refiere a toda información que se presenta de forma escrita, también incluye a tablas, gráficos y diagramas.

Visuales: Refiere a todo recurso que permite el aprendizaje mediante el sentido de la vista, como imágenes, fotografías, gráficas, entre otros.

Sonoros: Refiere a toda información transmitida por elementos auditivos, como los podcasts, audiolibros, canciones, entre otros.

Audiovisuales: Refiere a todos aquellos recursos que integran elementos textuales, visuales y sonoros, como los videos.

Multimediales: Refiere a todos aquellos recursos que se caracterizan por integrar todo tipo de formatos, garantizando alta interacción como realidad aumentada o videojuegos.

1.2.3.1.7. Clasificación según la interacción

Transmisivos: Son todos aquellos materiales que tienen carácter informativo y que buscan definir o explicar teorías y procesos. Estos se identifican por tener autoría propia ya que buscan transmitir mensajes educativos específicos.

Activos: Con este tipo de materiales se busca integrar el aprendizaje con actividades didácticas enfocadas con el propósito de clase.

Interactivos: Estos refuerzan los procesos de aprendizaje mediante la comunicación entre los usuarios, lo cual permite desarrollar el aprendizaje crítico y aplicable en experiencias reales.

1.2.3.1.8. Tipos

Dentro de la plataforma "EUROINNOVA" se menciona que los recursos educativos digitales, permiten diseñar nuevos estilos de enseñanza para los docentes, donde los alumnos se ven involucrados como protagonistas de su aprendizaje; y también refiere a que estos recursos, se estructuran mediante metadatos, donde existen categorías, sincrónicos y asincrónicos.

Sincrónicos:

Chat: Facilita la discusión y reflexión.

Videoconferencias: Comunicación simultánea bidireccional de audio y video.

Asincrónicos

Correos electrónicos: Sistema que permite el intercambio de mensajes entre diferentes usuarios.

Portafolio electrónico: Sistema que permite de reunir documentos y evaluar el proceso.

Blog folio: Método de transmisión y valoración, el cual se centra en el estudiante.

Foros: Sistema que permite generar discusiones u opiniones en línea sobre diferentes temas.

1.2.3.1.9. Dispositivos que permiten el uso de los recursos

Computadora: Dispositivo electrónico diseñado para procesar y manipular información digital de manera automática. Consiste en un conjunto de componentes electrónicos y hardware que trabajan en conjunto para realizar operaciones de cálculo, procesamiento de datos y ejecución de tareas específicas.

Altavoz: Dispositivo diseñado para convertir una señal eléctrica en sonido audible. Los altavoces son componentes comunes en sistemas de audio, como radios, televisores, sistemas de sonido estéreo, teléfonos móviles, computadoras y otros dispositivos que reproducen música o sonido. Su función principal es transformar las señales eléctricas, que contienen información de audio, en vibraciones mecánicas que generan ondas sonoras audibles.

Proyector: Dispositivo electrónico que se utiliza para mostrar imágenes o contenido visual en una pantalla grande o superficie plana, como una pared o una pantalla de proyección. Funciona proyectando imágenes o datos desde una fuente de entrada, como una computadora, un reproductor de DVD o un dispositivo de almacenamiento multimedia, hacia una superficie para que una audiencia más grande pueda verlos claramente.

1.2.3.1.10. Contenidos educativos digitales

Alicia Rodríguez define a los “contenidos educativos digitales” como aquel conjunto de conocimientos, habilidades y destrezas, los cuales se enfocan en conseguir objetivos relacionados con la enseñanza y con el desarrollo de las competencias educativas. Es decir, los contenidos educativos digitales, son aquellos recursos que cumplen con las diferentes estrategias educativas y tienen como referencia el internet para que sea desarrollado.

1.2.3.1.11. Objetos virtuales de aprendizaje

Pablo Lobato define a los objetos virtuales de aprendizaje o también conocidos como OVA, en el blog de formación online y presencial “The Smartmind news” como recursos educativos que son desarrollados con la finalidad de facilitar el aprendizaje. Estos son materiales didácticos que se presentan de manera digital y que pueden ser manejados y/o utilizados por docentes y estudiantes en cualquier momento y lugar. Un OVA, puede poseer elementos como, imágenes, audio, video, animaciones, simulaciones y ejercicios interactivos. Estos se utilizan para generar un aprendizaje más activo, personalizado e interactivo que puede ser adaptado a diferentes estilos de aprendizaje y a los niveles de conocimiento.

Propósito

El propósito de los objetos virtuales de aprendizaje (OVA) es facilitar y enriquecer el proceso de enseñanza y aprendizaje a través de recursos digitales interactivos y educativos. Estos objetos tienen varios objetivos principales:

Facilitar la comprensión: Los OVA se crean con el propósito de explicar conceptos de manera más clara y visual. Utilizan gráficos, animaciones, simulaciones y otros elementos multimedia para ayudar a los estudiantes a comprender mejor, temas complejos.

Apoyar el aprendizaje activo: Los OVA fomentan la participación activa de los estudiantes. Los alumnos pueden interactuar con estos objetos, lo que les permite explorar

conceptos, realizar ejercicios prácticos y resolver problemas, lo que a menudo mejora la retención y comprensión de la información.

Personalizar el aprendizaje: Los OVA a menudo permiten adaptar el aprendizaje a las necesidades individuales de los estudiantes. Pueden proporcionar retroalimentación inmediata y ajustar el nivel de dificultad según el progreso del estudiante.

Facilitar el acceso a la información: Estos objetos están disponibles en línea y se pueden acceder desde cualquier lugar con una conexión a Internet. Esto amplía el acceso a la educación, permitiendo que más personas tengan la oportunidad de aprender, independientemente de su ubicación geográfica.

Estimular la creatividad y el pensamiento crítico: Los OVA pueden presentar información de manera no convencional y desafiar a los estudiantes a pensar críticamente y desarrollar habilidades de resolución de problemas.

Mejorar la motivación y el compromiso: Los OVA suelen ser atractivos y visualmente atractivos. Esto puede aumentar la motivación de los estudiantes para aprender y mantener su interés en el contenido.

Facilitar la evaluación y el seguimiento: Los OVA pueden integrarse en sistemas de gestión del aprendizaje, lo que permite a los educadores rastrear el progreso de los estudiantes y evaluar su desempeño de manera más eficiente.

En resumen, los objetos virtuales de aprendizaje se diseñan con el propósito de mejorar la calidad de la educación al ofrecer recursos educativos más interactivos, personalizados y accesibles, lo que en última instancia contribuye a un aprendizaje más efectivo y atractivo.

Estructura

Objetos claros: Estos deberán ser diseñados en base al objetivo con el uso del OVA.

Contenidos completos: No deberán limitarse a alguna asignatura, sino estructurarse a lo que se necesita.

Actividades de aprendizaje: Ellos guían al estudiante a alcanzar los diversos objetivos.

Actividades de interacción: Se usan para crear conocimientos de manera colaborativa en diferentes espacios.

Evaluación o autoevaluación: Refiere a las herramientas que permiten acreditar el aprendizaje obtenido.

Características

Según Marit Acuña en la plataforma “evirtualplus” clasifica a las características de los objetos virtuales, de la siguiente manera:

Reutilización: Pueden ser utilizados en diferentes contextos y propósitos.

Flexibilidad: Estos deberían poder agruparse y combinarse con diferentes áreas.

Interoperabilidad: Se deben integrar en diferentes estructuras y plataformas.

Durabilidad: Deben estar vigentes en el tiempo y permitir su evolución en el futuro.

Accesibilidad: Deberán estar disponibles y diseñados para el uso de muchas personas.

Según Pablo Lobato, en el blog “The Smartmind News” clasifica a las características de los OVA, de la siguiente manera:

Interactividad: Capacidad de tener la participación de otros usuarios de manera activa. Estos deben de generar la oportunidad de interactuar con elemento multimedia, realizar ejercicios y tener retroalimentación inmediata.

Diseño atractivo: Estos deben tener la capacidad de llamar la atención para así motivar a los estudiantes a aprender.

Adaptabilidad: Se debe poder adaptar a diferentes estilos de aprendizaje y a los distintos niveles de conocimiento.

Evaluación: Estos deben incluir una evaluación efectiva para valorar el nivel de aprendizaje.

Dimensiones

Dimensión pedagógica: Refiere a la base educativa que se necesita para garantizar la efectividad del proceso de enseñanza – aprendizaje.

Dimensión tecnológica: Refiere a los aspectos técnicos e informativos que se necesita para la creación de un OVA.

Dimensión de interacción: Refiere a la acción de relacionarse entre usuarios, para crear el feedback que permitan discutir, aclarar dudas, subir información, entre otros actos.

Plataformas

Duolingo: Es una plataforma que usa los OVAs, que permite aprender diferentes idiomas.

Google Earth: Es un OVA que permite a los usuarios descubrir el mundo, explorando diferentes lugares y culturas en formato 3D.

Scratch: Es un OVA, creado para que los estudiantes puedan crear proyectos interactivos.

Kahoot!: Este OVA, permite crear a los docentes juegos de preguntas y respuestas que los estudiantes pueden responder de forma interactiva.

1.2.3.1.12. Criterios para elegir un recurso digital

Idoneidad para facilitar los aprendizajes previstos.

Fácil acceso y de uso para el estudiante.

Familiaridad que el profesor tenga con el recurso.

Cumpla con las normativas de derecho de autor.

Adecuación a los métodos docentes que estamos empleando en la asignatura.

1.2.3.1.13. Ventajas

Fomenta la educación de acceso libre.

Son esenciales para el desarrollo de enfoques de aprendizaje interactivos y analíticos.

Refuerzan la interacción entre docentes y estudiantes.

No se enfocan exclusivamente en los conceptos.

La inspiración que despierta en los estudiantes.

Estimulan estudios específicos.

1.2.3.1.14. Plataformas

Google Classroom: Esta plataforma permite gestionar la asignación de tareas en un aula, pero así mismo también, calificar, fomentar la discusión y colaboración entre compañeros.

Slack: Es una plataforma que permite la comunicación entre usuarios para la elaboración de proyectos.

Zoom: Plataforma de videollamadas y reuniones en tiempo real que permite interactuar a los usuarios independientemente de su ubicación.

Trello: Plataforma que permite gestionar proyectos, lo cual favorece en la organización de las tareas del equipo.

Microsoft Teams: Mediante esta plataforma se podrá combinar videollamadas, chats, almacenamiento de archivos y aplicaciones de trabajo.

Kahoot!: Esta plataforma permite dinamizar el aprendizaje mediante los juegos interactivos.

Padlet: Plataforma que permite publicar notas en un muro digital común.

Quizlet: Plataforma interactiva que utiliza tarjetas didácticas, juegos y pruebas que facilitan el aprendizaje en los estudiantes.

Edmodo: Plataforma que permite a los docentes, alumnos y padres colaborar en las diferentes actividades.

Evernote: Plataforma que facilita a los usuarios tomar notas, organizarse en la elaboración de tareas y archivar.

1.2.4 Escritura del idioma inglés

1.2.4.1. Definición

La escritura surge del latín *scriptūra*. Esta, está vinculada a la comunicación humana, mediante la representación gráfica de símbolos en un soporte físico.

Según Schunk (1997, p.263) la escritura consiste en trasladar ideas a símbolos lingüísticos impresos, ella es creativa e inspiradora de modo que las palabras fluyan sin grandes esfuerzos.

Walter J. Ong, en “Orality and Literacy: Technologizing of the Word”, Ong conceptualiza a la escritura como una tecnología que transforma la conciencia y la cognición humana, la cual permite la externalización del pensamiento, permitiendo una reflexión más abstracta y una memoria extendida.

Es decir, la escritura es la representación gráfica de ideas, pensamientos, sonidos y conceptos mediante el uso de signos o símbolos visuales. Su origen proviene de civilizaciones muy antiguas, las cuales desarrollaron sistemas de escritura, que servían para registrar información, comunicación y preservar conocimientos a lo largo de los años.

1.2.4.2. Origen

Aproximadamente en el 3400 a.C. se desarrolló en Mesopotamia la escritura cuneiforme, la cual fue uno de los sistemas de escritura, más conocidos. En este sistema se utilizaba tablillas de arcilla, para formar cuñas, las cuales representaban simbología pictográfica, antes que evolucionara la representación de sonidos y palabras.

En el 3100 a.C. aparecieron en Egipto los jeroglíficos, los cuales se utilizaron para redactar la antigua lengua egipcia. Estos eran representaciones de objetos, animales, conceptos y sonidos, tallados en piedra o escritos en papiros. Los cuales, con el tiempo evolucionaron para incluir otros sistemas de escritura como la demótica, que refiere a la escritura abreviada, y la hierática, que refiere a la escritura cursiva.

En el 3000 a.C. surgen los pictogramas, ideogramas y caracteres fonéticos en China, los cuales representaban palabras y conceptos. Estos fueron inicialmente escritos elaborados con un pincel y tinta, plasmados sobre papel seda. La escritura en china dio inicio a otros sistemas de escritura en el continente asiático, como el japonés y el coreano.

En India se originó la escritura “Brahmi”, el cual es el antepasado de algunos sistemas de escritura en Asia. El cual se utilizó para escribir una variedad de antiguas lenguas indias, esta es notable por ser una escritura alfabética, doce cada carácter representaba un sonido determinado.

Estos sistemas de escritura fueron conocidos en diferentes partes del mundo. A lo largo del tiempo, la escritura ha sufrido variaciones, evolucionando y diversificándose de lo que fue en sus inicios, dando lugar a un sistema de signos y símbolos, que hoy permiten representar la diversidad lingüística y cultural de la humanidad.

1.2.4.3.

Indicadores de la escritura

Contenido; refiere al total de la información que contiene un texto, es decir, las ideas o conceptos, mensajes, hechos, argumentos, descripciones, opiniones, palabras y el significado de las mismas. Es el material sustantivo que contiene el tema central o los temas que aborda un autor. Es decir, el contenido proporciona la sustancia del texto que el autor quiere comunicar.

Organización; la organización refiere a la estructura y disposición de las partes componentes que se utiliza en la formación de un texto. Estas están diseñadas de manera que permitan facilitar la comprensión del mensaje que el autor desea comunicar. Implica la forma en la que se presentan las ideas, la secuencia de los argumentos, la distribución de la información y la coherencia de sus partes en conjunto.

Expresión; consiste en la manera en la que un autor utiliza el lenguaje y otros recursos literarios para comunicar sus ideas, emociones, pensamientos y entre otros mensajes. Es el estilo y la forma en que se representan las palabras y las ideas de un texto. Es decir, es una destreza lingüística que refiere a la producción del lenguaje escrito y ayuda a dejar constancia de los hechos que se desean relatar.

Gramática; refiere al conjunto de reglas y estructuras lingüísticas, que rigen la forma en que se utilizan las palabras, las frases y las oraciones para comunicar de forma clara y precisa. La gramática es parte de la lingüística, la cual facilita la comunicación, a través de un conjunto de normas y reglas que nos indican como expresarnos correctamente en un idioma.

Sintaxis; refiere a la estructura gramatical y al orden de las palabras o frases dentro de oraciones y/o párrafos. Este es el conjunto de reglas y principios que rigen la forma en que las palabras se combinan para formar oraciones gramaticalmente correctas y significativas. Es decir, la sintaxis es parte de la gramática, la cual se encarga de estudiar el orden y relación entre las palabras para transmitir un mensaje deseado.

Puntuación; es un conjunto de signos que son empleados en la escritura para organizar el sentido, separando en grupos e indicando por elementos que guarden relación con la entonación y pronunciación. Estos símbolos pueden ser puntos, comas, signos de interrogación o exclamación y entre otros.

1.3. Bases conceptuales

Variable: Propuesta didáctica MIMOREDI

Propuesta la cual sugiere el uso del Mindfulness como método que contribuye en la reducción del estrés y en su lugar, promueve la concentración de los estudiantes, con la intención de generar un aprendizaje significativo. Así mismo también, se promueve el uso complementario de los recursos digitales para el desarrollo de las sesiones con la intención de motivar a los estudiantes en el aprendizaje de un nuevo idioma.

Dimensión 1: Mindfulness

El término mindfulness se traduce como “atención plena” o “conciencia plena”. Esta práctica tiene raíces milenarias en el budismo, pero fue Jon Kabat Zinn, quien fue un docente de medicina que desarrolló el programa “Mindfulness Based Stress Reduction” (MBSR) o reducción del estrés basada en el Mindfulness en la Universidad de Massachusetts en 1970. El programa inició con el objetivo de ser utilizado en un contexto clínico y terapéutico, sin

embargo, con el tiempo este ha sido añadido en diversas áreas tales como la psicología, medicina, educación y gestión del estrés.

Dimensión 2: Motivación

La motivación es aquella fuerza interna o externa, la cual actúa sobre un individuo y le permite prolongar acciones en el tiempo con la intención de recibir una recompensa después de alcanzar una meta, la cual puede estar relacionada con el logro personal, laboral, familiar, entre otros. Esta nos permite también, generar hábitos, vivir nuevas experiencias, sostener el esfuerzo de una tarea, con la intención de satisfacer necesidades.

Dimensión 3: Recursos Digitales

Los recursos digitales son herramientas mediadoras, las cuales permiten al estudiante la adquisición de conocimientos acerca de diferentes temas, reforzando temáticas y procesos. Estos recursos se caracterizan por su dinamismo e interactividad con el uso de imágenes, animaciones, videos, entre otros.

Variable: Escritura del idioma inglés

Es una actividad que permite crear un medio de comunicación a través del uso de un sistema de signos y símbolos, los cuales originan una idea o concepto y son marcados sobre una superficie. Dentro del sistema de lenguaje, la escritura tiene como base el vocabulario, la gramática, la semántica y un conjunto de signos y símbolos.

Dimensión 1: Contenido

El contenido es el total de la información que contiene un texto, es decir, sus palabras y el significado de estas.

Dimensión 2: Organización:

La organización refiere a la estructura que se utiliza en la formación de un texto, así como el tema sobre el que se refiere y la semántica que se utiliza.

Dimensión 3: Expresión:

Es una destreza lingüística que refiere a la producción del lenguaje escrito y nos ayuda a dejar constancia de los hechos que deseamos relatar.

Dimensión 4: Gramática:

La gramática hace parte de la lingüística, la cual facilita la comunicación, a través de un conjunto de normas y reglas que nos indican como expresarnos correctamente en un idioma.

Dimensión 5: Sintaxis:

La sintaxis es parte de la gramática, la cual se encarga de estudiar el orden y relación entre las palabras.

Dimensión 6: Puntuación:

Es un conjunto de signos que son empleados en la escritura para organizar el sentido, separando en grupos e indicando por elementos que guarden relación con la entonación y pronunciación.

1.4. Hipótesis

En base a la propuesta “MIMOREDI” se mejorará el nivel de escritura en los estudiantes del 3er grado de secundaria de la I.E.P. Deportivo A

1.5. Operacionalización de variables

Variable	Dimensiones	Indicadores
INDEPENDIENTE		
PROPUESTA DIDÁCTICA MIMOREDI	1. Mindfulness	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Definición ✓ Fundamentos psicológicos ✓ Programas ✓ Protocolos de desarrollo ✓ Práctica formal ✓ Beneficios ✓ Impacto en el clima escolar
	2. Motivación.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Motivación intrínseca ✓ Motivación extrínseca
	3. Recursos Digitales.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Definición ✓ Recursos digitales educativos ✓ Plataformas Educativas
DEPENDIENTE		
ESCRITURA DEL IDIOMA INGLÉS	1. Contenido.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Presenta ideas precisas. ✓ El contenido es claro.
	2. Organización.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Hay secuencia de ideas. ✓ El texto presenta la estructura solicitada. ✓ Los párrafos están bien estructurados.
	3. Expresión.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Utiliza vocabulario apropiado. ✓ Evita la repetición de palabras. ✓ Utiliza conectores (and, or, so, because)
	4. Gramática.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Utiliza “Verb to be” ✓ Utiliza “Present simple”
	5. Sintaxis.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Hay cohesión en el texto. ✓ Los párrafos redactados son coherentes.
	6. Puntuación.	<ul style="list-style-type: none"> ✓ Utiliza los signos de puntuación. ✓ Uso necesario de mayúsculas.

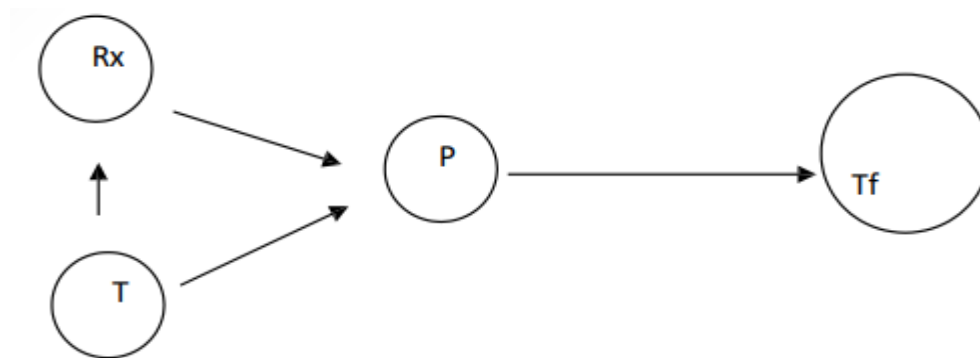
CAPÍTULO II: DISEÑO METODOLÓGICO

2.1. Diseño de contrastación de hipótesis

Después de haber detectado la preocupante situación con respecto a la competencia de escritura en inglés que tienen en su mayoría los estudiantes de la I.E.P. Deportivo ADEU. La presente investigación propone el uso de “MIMOREDI”, propuesta didáctica en la que interviene el uso del “Mindfulness” como método que permite al estudiante reducir su estrés para involucrarse en un ambiente óptimo, donde su concentración, mejora y por tanto su aprendizaje será significativo.

Según la problemática presentada en el desarrollo de la investigación, esta corresponde a una de tipo descriptiva-propositiva, ya que mediante el presente estudio se busca y analiza información del objeto de investigación.

El diseño de la investigación fue no experimental, la cual presenta el siguiente esquema:



Leyenda:

Rx: Diagnóstico inicial

T: Base teórica

P: Propuesta a desarrollar

Tf: Tiempo a futuro

Enfoque de la investigación

Según Hernández (2018), el estudio siguió un enfoque cuantitativo, orientado a la recopilación y el análisis de datos numéricos. En el cual se evidenció el déficit de la competencia de escritura en inglés.

2.2. Población y muestra

Población

Según la terminología de investigación, la población es el grupo completo de personas, cosas o eventos que tiene rasgos similares y sobre los cuales se necesitan datos para abordar un problema de investigación particular (Arias y Covinos, 2021). La población estuvo conformada por los 23 estudiantes del 3° de secundaria de la I.E.P. Deportivo ADEU.

Tabla 1

Tabla de total de estudiantes de la I.E. Deportivo ADEU

Población de estudiantes del 3er grado de secundaria de la Institución Educativa Deportivo ADEU – Chiclayo.

Grado	Hombres	Mujeres	Total
3°	16	7	23

Nota. Información ofrecida por la institución de estudio correspondiente al año 2023.

Muestra

Según Ñaupas et al. (2018), la muestra son elementos representativos de la población seleccionados para extraer conclusiones sobre toda la población. En la presente investigación se tomó a 20 estudiantes del 3° de secundaria de la I.E.P. Deportivo ADEU, elegidos de manera voluntaria.

Tabla 2

Tabla de estudiantes pertenecientes a la muestra de estudiantes del 3er grado de secundaria de la Institución Educativa Deportivo ADEU – Chiclayo.

Grado	Hombres	Mujeres	Total
3°	15	5	20

Nota. Información ofrecida por la institución de estudio correspondiente al año 2023.

2.3. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

El conjunto de procedimientos utilizados para el estudio de la investigación fueron las siguientes, la observación, la encuesta y el análisis de estudios que fueron fuentes de información tales como tesis, revistas, libros y entre otros documentos.

El instrumento utilizado en la investigación para conocer los datos sobre el manejo que tienen los estudiantes sobre la competencia de escritura en inglés fue la prueba escrita, dividida en 2 preguntas, las cuales evidenciaron el preocupante desempeño que poseen los estudiantes del 3° de secundaria. Esta evaluación se presentó y se validó mediante el juicio de expertos.

Equipos y materiales

Para desarrollar el proceso de análisis de los resultados obtenidos del instrumento de evaluación, se organizó y tabuló los datos por cada indicador, mediante el programa de Excel, donde se generaron las tablas y gráficos presentados y explicados en el posterior capítulo.

CAPITULO III: RESULTADOS

Tabla 3

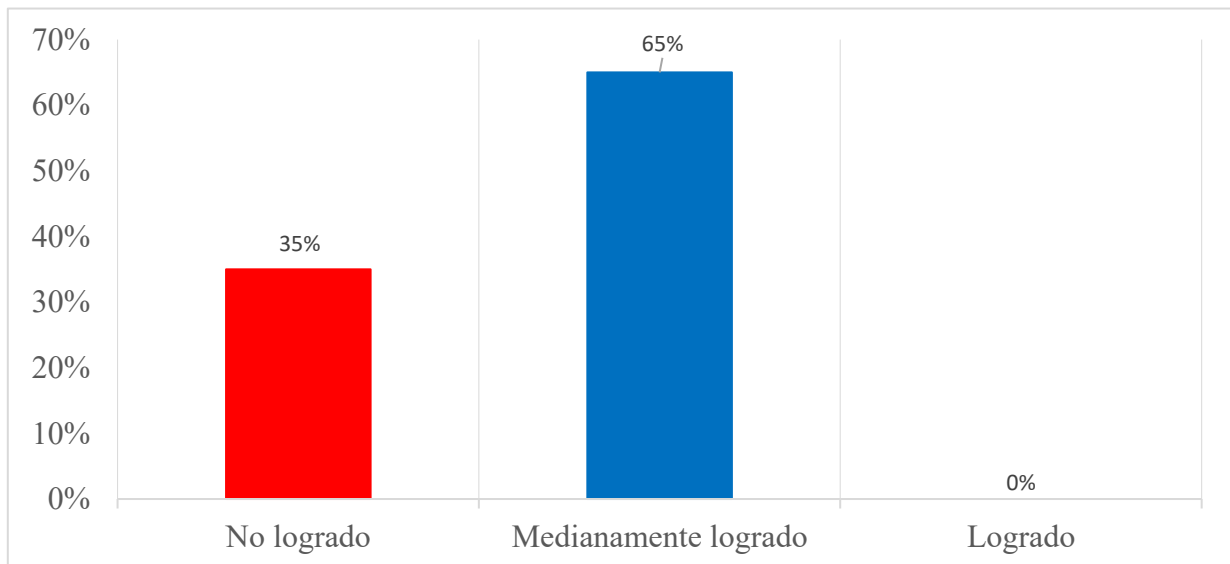
Análisis del Ejercicio de Redacción de Párrafos en Inglés.

Calificación	Desde	Hasta	Frecuencia	Porcentaje
No logrado	11	16	7	35%
Medianamente logrado	17	27	13	65%
Logrado	28	33	0	0%
Total			20	100%

Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º1 de la Evaluación escrita: Redacción de textos.

Figura 1

Análisis del Ejercicio de Redacción de Párrafos en Inglés.



Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º1 de la evaluación escrita: Redacción de textos.

Según los datos reflejados en la tabla y figura muestran que la categoría “medianamente logrado” predominó con un 65%, seguida de “no logrado” con un 35%; siendo la categoría de “logrado”, la que alcanzó el porcentaje de 0%. Lo cual refleja la preocupante situación del nivel de escritura en inglés que tienen los estudiantes de la institución. Es por ello sugiere que la

metodología de trabajo se pueda modificar, y de esta manera favorecer el aprendizaje significativo e integral en todas las habilidades del inglés, ya que, con los resultados expuestos, no tan solo se expone la deficiencia en redacción, sino también de un vocabulario insuficiente.

Tabla 4

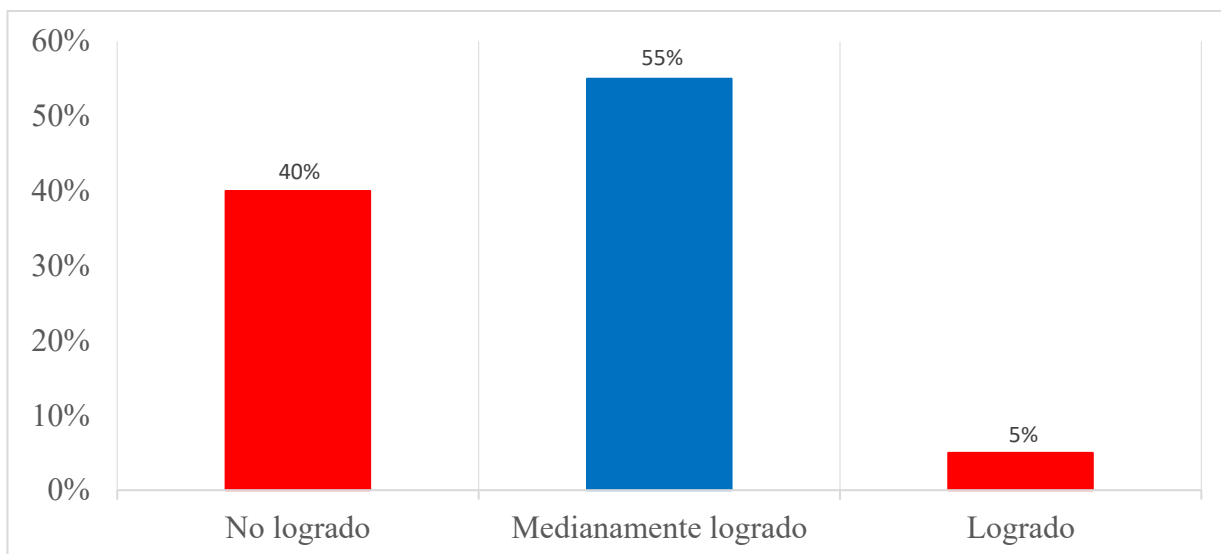
Análisis de “Presenta Ideas Precisas” del Ejercicio de Redacción de Textos.

Calificación	Frecuencia	Porcentaje
No logrado	8	40%
Medianamente logrado	11	55%
Logrado	1	5%
Total	20	100%

Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º1 de la evaluación escrita: Redacción de Textos.

Figura 2

Análisis de “Presenta Ideas Precisas” del Ejercicio de Redacción de Textos.



Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º1 de la evaluación escrita: Redacción de Textos.

Según los resultados obtenidos en el análisis de “Presenta ideas precisas” del ejercicio de redacción de textos, se evidencia que la categoría “medianamente logrado” obtuvo el mayor

porcentaje con un 55%, seguido de la categoría “no logrado”, con un porcentaje del 40% y por último la categoría de “logrado”, con un porcentaje del 5%. Lo cual evidencia la falta de expresión del pensamiento en el idioma, lo cual se podría ver limitado por el no dominio de vocabulario y de estructuras gramaticales.

Tabla 5

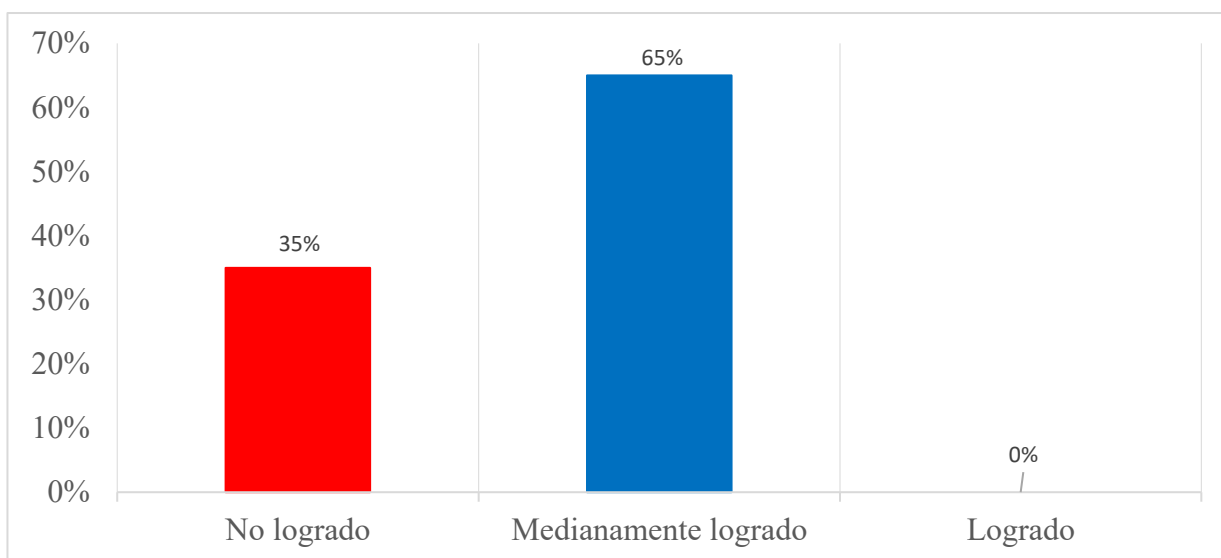
Análisis de “El contenido es Claro”, del Ejercicio de Redacción de Textos.

Calificación	Frecuencia	Porcentaje
No logrado	7	35%
Medianamente logrado	13	65%
Logrado	0	0%
Total	20	100%

Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º1 de la evaluación escrita: Redacción de textos.

Figura 3

Análisis de “El Contenido es Claro”, del Ejercicio de Redacción de Textos.



Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º1 de la evaluación escrita: Redacción de textos.

A continuación, se presenta la estadística descriptiva de “El contenido es claro” del ejercicio de redacción de textos, en la cual se evidencia que la categoría “medianamente logrado” obtuvo el mayor porcentaje con un 65%, seguido por la categoría “no logrado”, con un porcentaje del 35%, siendo la categoría de “logrado” la que obtuvo un porcentaje de 0%.

Tabla 6

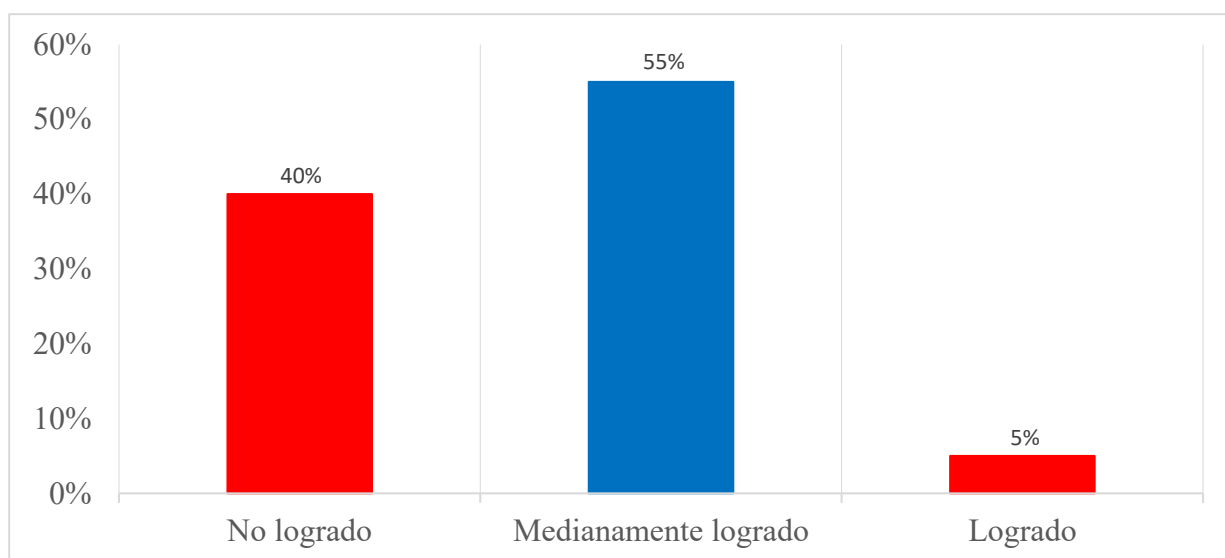
Análisis de “Hay Secuencia de Ideas”, del Ejercicio de Redacción de Textos.

Calificación	Frecuencia	Porcentaje
No logrado	8	40%
Medianamente logrado	11	55%
Logrado	1	5%
Total	20	100%

Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º1 de la evaluación escrita: Redacción de textos.

Figura 4

Análisis de “Hay Secuencia de Ideas”, del Ejercicio de Redacción de Textos.



Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º1 de la evaluación escrita: Redacción de textos.

En la estadística descriptiva sobre la “Secuencia de ideas” sobre el ejercicio de redacción de textos, la categoría “medianamente logrado” alcanzó el mayor porcentaje con 55%, seguida de “no logrado” con un 40% y finalmente logrado con un 5 %. Lo cual evidencia la falta de planificación previa a la realización del ejercicio; y así mismo también, se evidencia la falta de habilidades metacognitivas para revisar, corregir o jerarquizar ideas.

Tabla 7

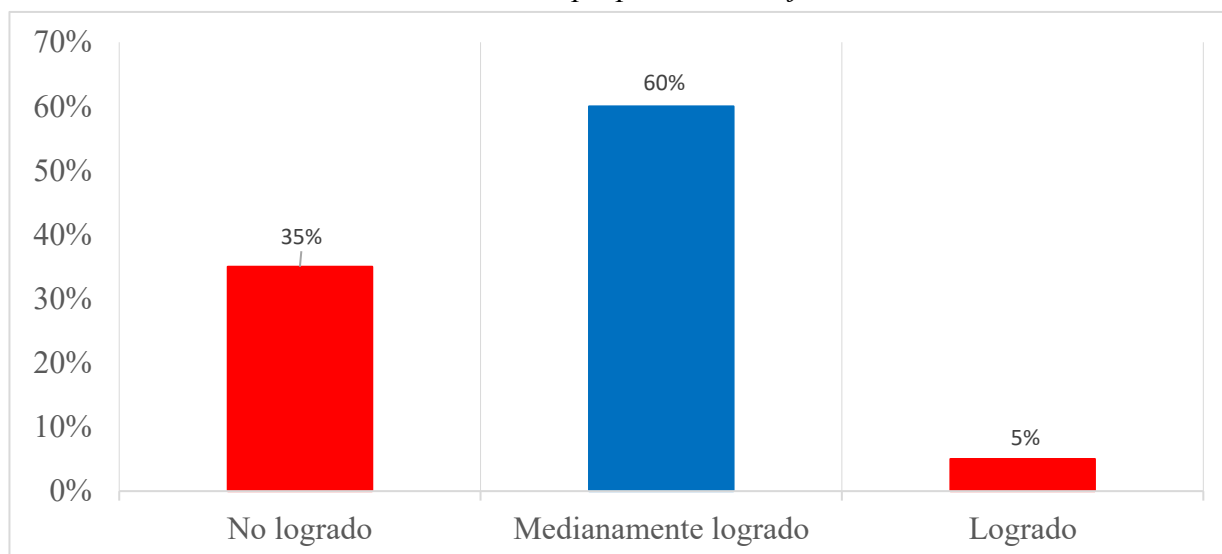
Análisis de “Utiliza Vocabulario Apropiado”, del Ejercicio de Redacción de Textos.

Calificación	Frecuencia	Porcentaje
No logrado	7	35%
Medianamente logrado	12	60%
Logrado	1	5%
Total	20	100%

Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º1 de la evaluación escrita: Redacción de textos.

Figura 5

Análisis de “Utiliza Vocabulario Apropiado”, del Ejercicio de Redacción de Textos.



Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º1 de la evaluación escrita: Redacción de textos.

Al analizar el indicador, “Utiliza vocabulario apropiado” del ejercicio de redacción de textos, los resultados se midieron en tres categorías, en las cuales, “medianamente logrado” fue la que llevó el mayor porcentaje, con un 60%, seguido por “no logrado” con un 35% y finalmente “logrado” con un 5%. Con lo cual, se evidencia que los estudiantes tienen una limitación en el desarrollo de su léxico.

Tabla 8

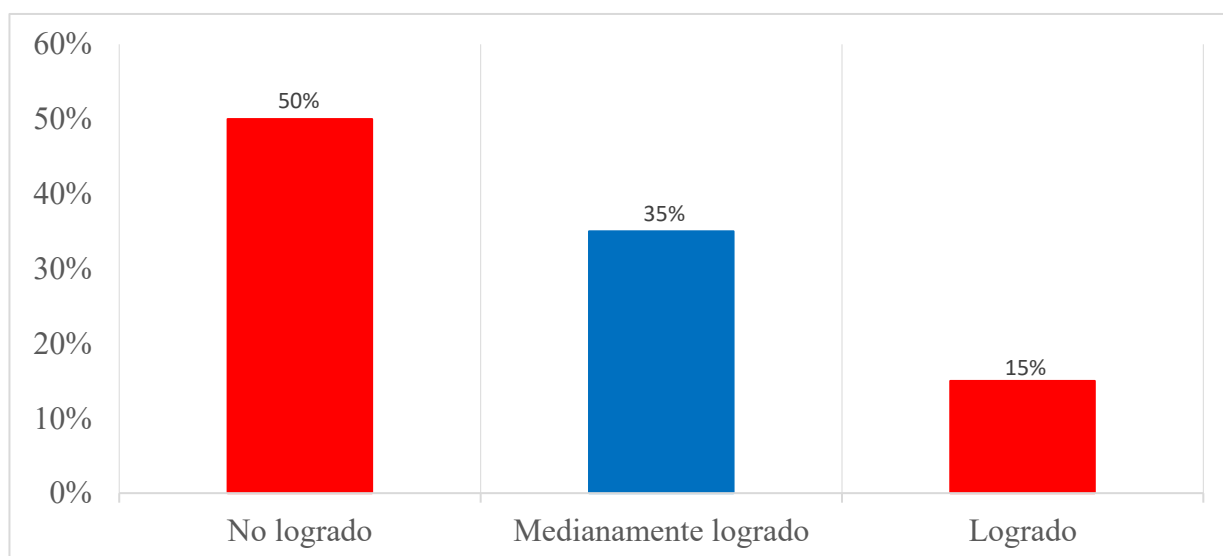
Análisis de “Evita Repetir Palabras”, del Ejercicio de Redacción de Textos.

Calificación	Frecuencia	Porcentaje
No logrado	10	50%
Medianamente logrado	7	35%
Logrado	3	15%
Total	20	100%

Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º1 de la evaluación escrita: Redacción de textos.

Figura 6

Análisis de “Evita Repetir Palabras”, del Ejercicio de Redacción de Textos.



Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º1 de la evaluación escrita: Redacción de Textos.

Los resultados para el indicador, “Evita repetir palabras” muestran que la categoría “no logrado” lidera con un 50%, seguido por un 35% de la categoría “medianamente logrado” y finalmente “logrado” alcanzó un 15%: Lo cual evidencia que los estudiantes no han enriquecido su vocabulario, impidiendo así, desarrollar sus competencias comunicativas.

Tabla 9

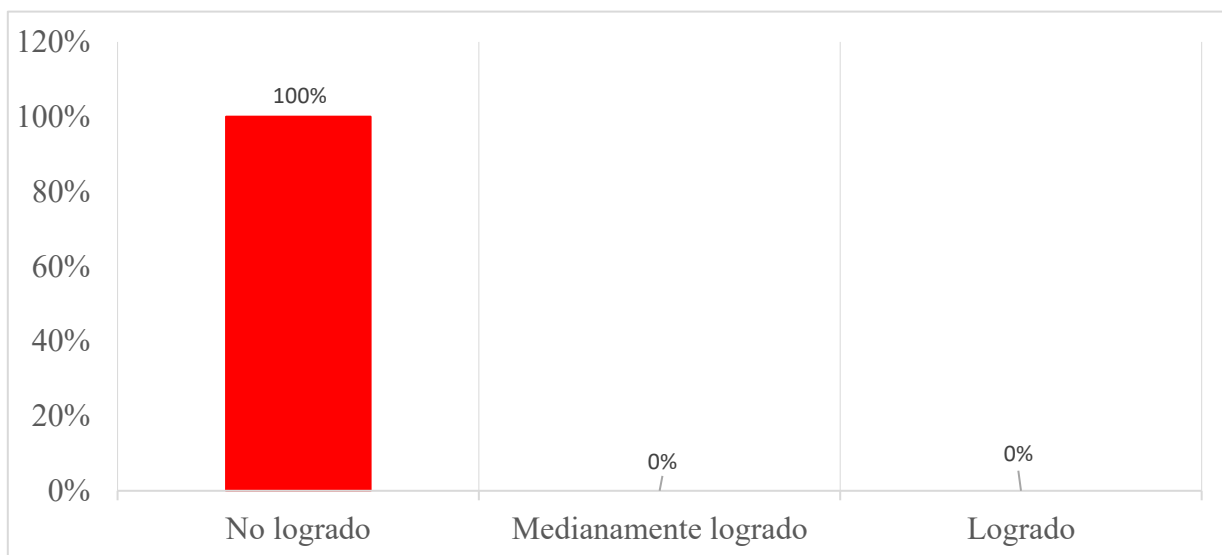
Análisis de “Utiliza Conectores”, del Ejercicio de Redacción de textos.

Calificación	Frecuencia	Porcentaje
No logrado	20	100%
Medianamente logrado	0	0%
Logrado	0	0%
Total	20	100%

Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º1 de la evaluación escrita: Redacción de Textos.

Figura 7

Análisis de “Utiliza Conectores”, del Ejercicio de Redacción de textos.



Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º1 de la evaluación escrita: Redacción de Textos.

Los resultados para el análisis de “Utiliza conectores”, muestran que el 100% de los estudiantes evaluados, se ubicaron en la categoría de “no logrado”. Con lo cual se evidencia una dificultad significativa en el manejo de estructuras que permiten la cohesión y coherencia textual, así mismo también se ve el limitado manejo del uso sobre los conectores.

Tabla 10

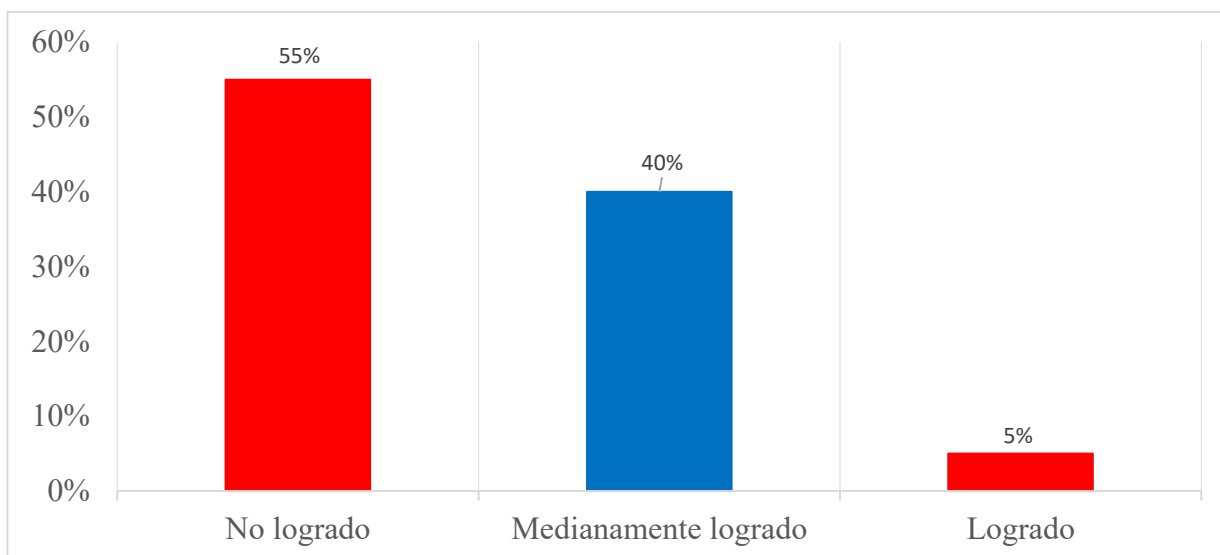
Análisis de “Utiliza Verb To Be”, del Ejercicio de Redacción de textos.

Calificación	Frecuencia	Porcentaje
No logrado	11	55%
Medianamente logrado	8	40%
Logrado	1	5%
Total	20	100%

Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º1 de la evaluación escrita: Redacción de Textos.

Figura 8

Análisis de “Utiliza Verb To Be”, del Ejercicio de Redacción de textos.



Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º1 de la evaluación escrita: Redacción de Textos.

Para el análisis de “Utiliza el verb to be” del ejercicio de redacción de textos, indica que la categoría “no logrado” predominó con un 55%, seguido de “medianamente logrado” con un 40% y “logrado” cerró con un 5%. Lo cual concluye que los estudiantes tienen una notoria falta de comprensión sobre la función del verbo to be en la redacción de sus textos.

Tabla 11

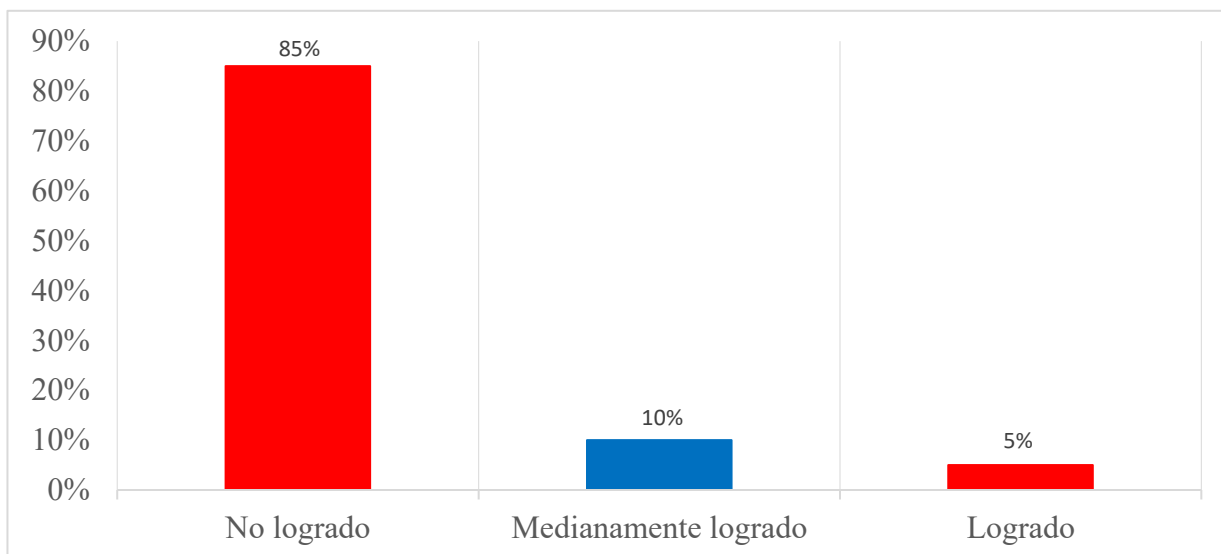
Análisis de “Utiliza Present Simple”, del Ejercicio de Redacción de textos.

Calificación	Frecuencia	Porcentaje
No logrado	17	85%
Medianamente logrado	2	10%
Logrado	1	5%
Total	20	100%

Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º1 de la evaluación escrita: Redacción de Textos.

Figura 9

Análisis de “Utiliza Present Simple”, del Ejercicio de Redacción de textos.



Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º1 de la evaluación escrita: Redacción de Textos.

Para el análisis de “Utiliza el present simple” del ejercicio de redacción de textos, indica que la categoría “no logrado” predominó con un 85%, seguido de “medianamente logrado” con un 10% y “logrado” cerró con un 5%. Con los resultados, se evidencia la dificultad para utilizar la estructura gramatical del present simple en la redacción de sus textos.

Tabla 12

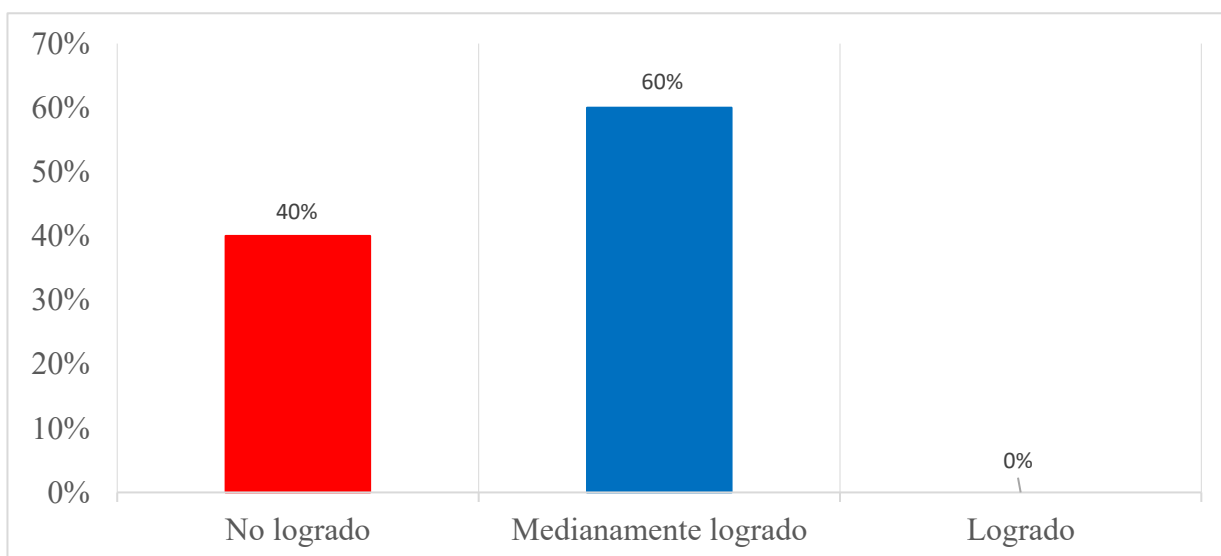
Análisis de “Hay Cohesión en el Texto”, del Ejercicio de Redacción de textos.

Calificación	Frecuencia	Porcentaje
No logrado	8	40%
Medianamente logrado	12	60%
Logrado	0	0%
Total	20	100%

Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º1 de la evaluación escrita: Redacción de Textos.

Figura 10

Análisis de “Hay Cohesión en el Texto”, del Ejercicio de Redacción de textos.



Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º1 de la evaluación escrita: Redacción de Textos.

Según los resultados del análisis de “Hay cohesión en el texto”, se evidencia que la categoría “medianamente logrado” obtuvo el mayor porcentaje, con un 60%, seguido por “no logrado” en el cual obtuvo un 40%. Con lo cual se demuestra que los estudiantes tienen dificultad para conectar ideas de manera lógica y fluida, por lo que se refleja, la no organización del contenido y la poca claridad en el mensaje.

Tabla 13

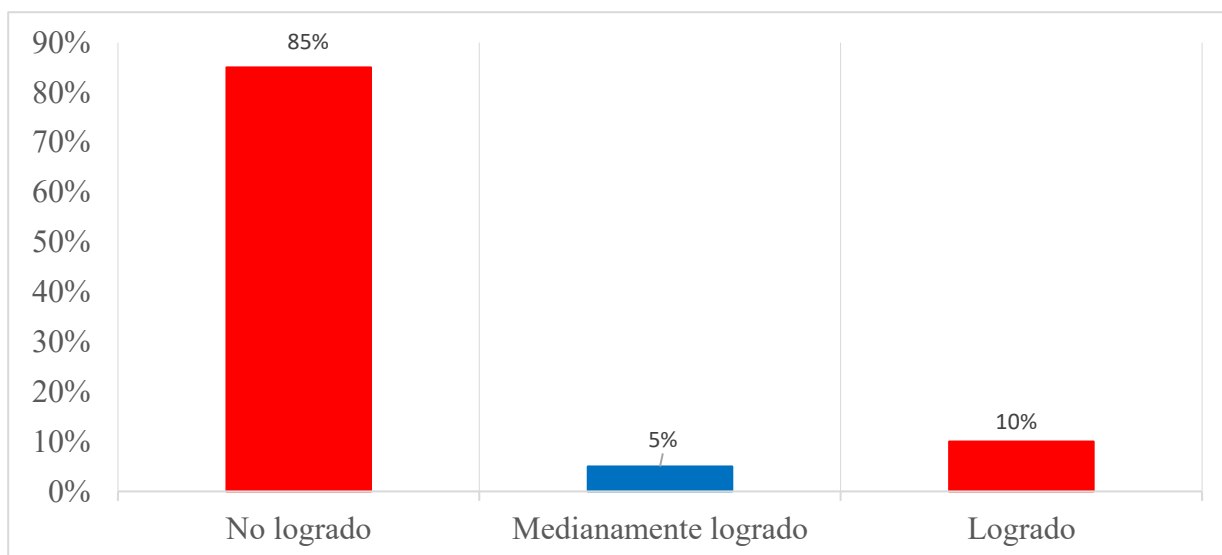
Análisis de “Utiliza Signos de Puntuación”, del Ejercicio de Redacción de textos.

Calificación	Frecuencia	Porcentaje
No logrado	17	85%
Medianamente logrado	1	5%
Logrado	2	10%
Total	20	100%

Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º1 de la evaluación escrita: Redacción de Textos.

Figura 11

Análisis de “Utiliza Signos de Puntuación”, del Ejercicio de Redacción de textos.



Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º1 de la evaluación escrita: Redacción de Textos.

La revisión de datos de “Utiliza signos de puntuación” del ejercicio de redacción de textos, demuestra que el 85% de estudiantes, estuvieron ubicados dentro de la categoría de “no logrado”, seguido de “logrado” por un 10% y finalmente “medianamente logrado” con un 5%. Lo cual denota la falta de conocimiento y uso para aplicar las reglas básicas de redacción en un texto, lo que reduce la calidad comunicativa y la formalidad del texto.

Tabla 14

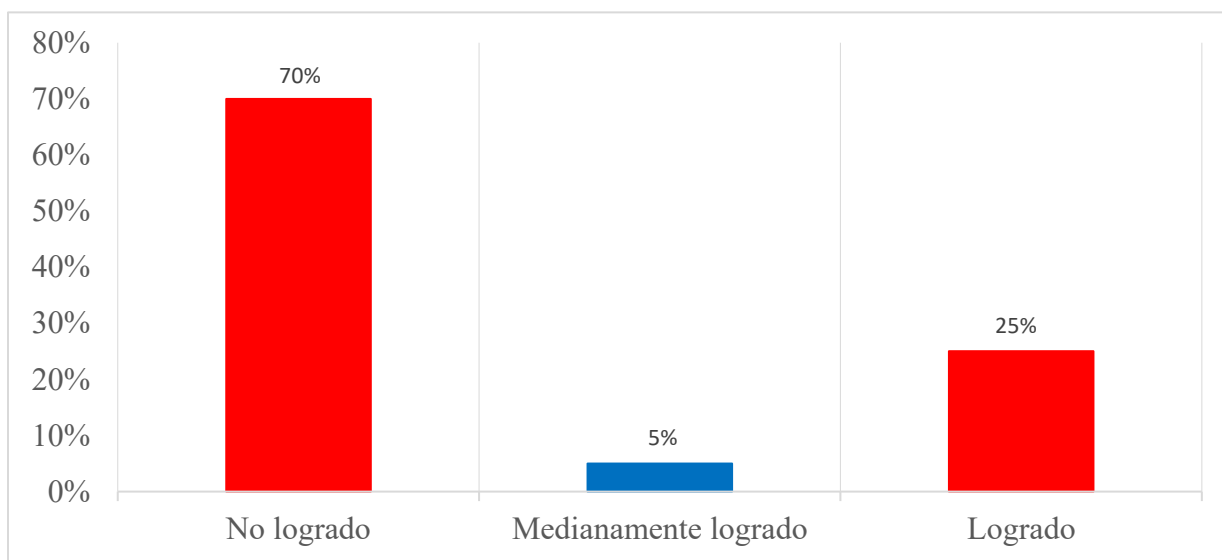
Análisis de “Uso Necesario de Mayúsculas”, del Ejercicio de Redacción de textos.

Calificación	Frecuencia	Porcentaje
No logrado	14	70%
Medianamente logrado	1	5%
Logrado	5	25%
Total	20	100%

Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º1 de la evaluación escrita: Redacción de Textos.

Figura 12

Análisis de “Uso Necesario de Mayúsculas”, del Ejercicio de Redacción de textos.



Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º1 de la evaluación escrita: Redacción de Textos.

En la evaluación del “Uso necesario de mayúsculas”, los porcentajes en las diversas categorías, fueron los siguientes, “no logrado” 70%, “logrado”, 25%, “medianamente logrado” 5%. Aquí se evidencia el desconocimiento de las convenciones básicas de redacción, en particular de la capitalización de inicios de una oración, nombres propios, etc.

Tabla 15

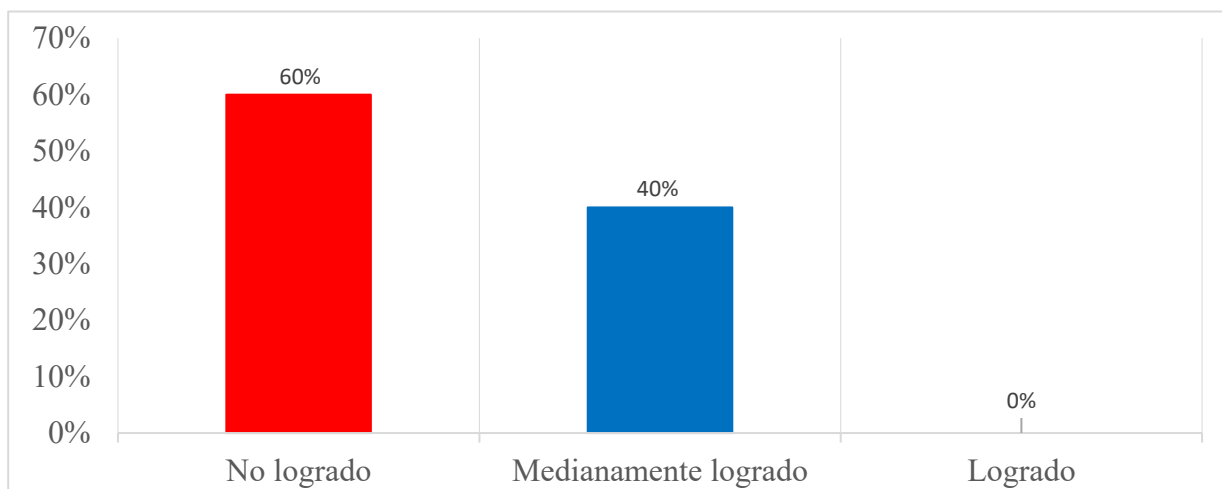
Análisis de Ejercicio de Redacción de Párrafos en Inglés.

Calificación	Desde	Hasta	Frecuencia	Porcentaje
No logrado	14	17	12	60%
Medianamente logrado	18	33	8	40%
Logrado	34	42	0	0%
Total			20	100%

Nota. Elaborado con los datos recolectados del Ejercicio N.º2 de la evaluación escrita: Redacción de párrafos.

Figura 13

Análisis de Ejercicio de Redacción de Párrafos en Inglés.



Nota. Elaborado con los datos recolectados del Ejercicio N.º2 de la evaluación escrita: Redacción de párrafos.

Según los datos reflejados en la tabla y figura muestran que la categoría “no logrado” predominó con un 60%, seguida de “medianamente logrado” con un 40%; siendo la categoría de “logrado”, la que alcanzó el porcentaje de 0%. Lo solicitado en la actividad, fue redactar

párrafos previamente definidos y estructurados, los cuales no fueron realizados de la forma correcta por ninguno de los participantes de la muestra de la presente investigación.

Tabla 16

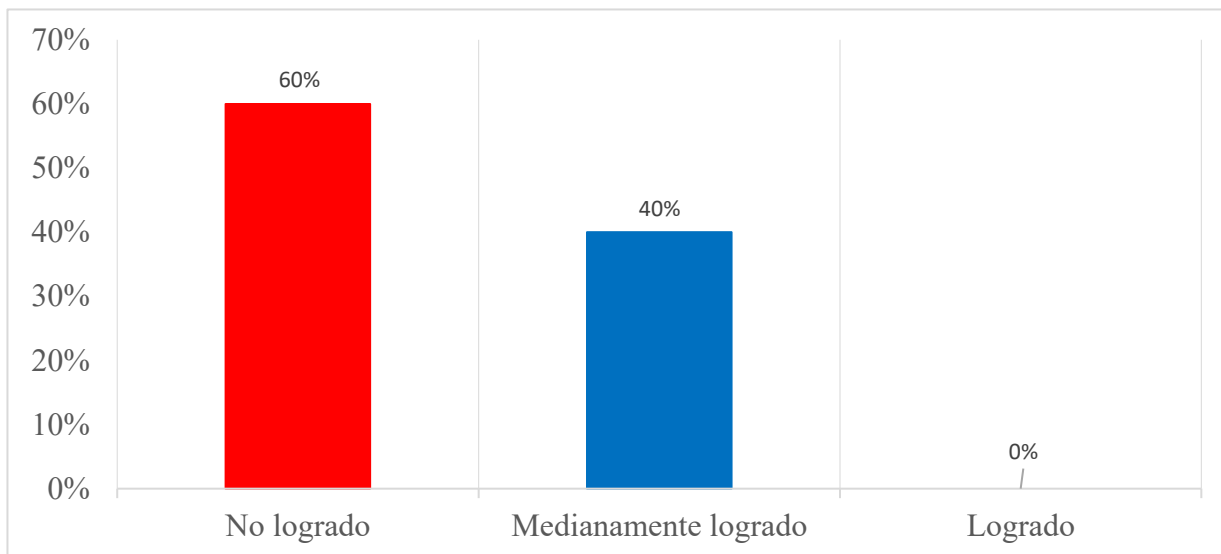
Análisis de “Presenta Ideas Precisas” del Ejercicio de Redacción de Párrafos.

Calificación	Frecuencia	Porcentaje
No logrado	12	60%
Medianamente logrado	8	40%
Logrado	0	0%
Total	20	100%

Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º2 de la evaluación escrita: redacción de párrafos.

Figura 14

Análisis de “Presenta Ideas Precisas” del Ejercicio de Redacción de Párrafos.



Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º2 de la evaluación escrita: redacción de párrafos.

La presente estadística demuestra que el análisis de “presenta ideas precisas” de la redacción de párrafos, la proporción más alta correspondió a la categoría de “no logrado”, con

un 60% seguida de “medianamente logrado” con un 40%, siendo la categoría de “logrado”, la que no obtuvo a ningún participante que se ubicara dentro de ella, evidenciando el limitado vocabulario y falta de comprensión a un tema básico en inglés, que poseen los estudiantes que participaron de la muestra.

Tabla 17

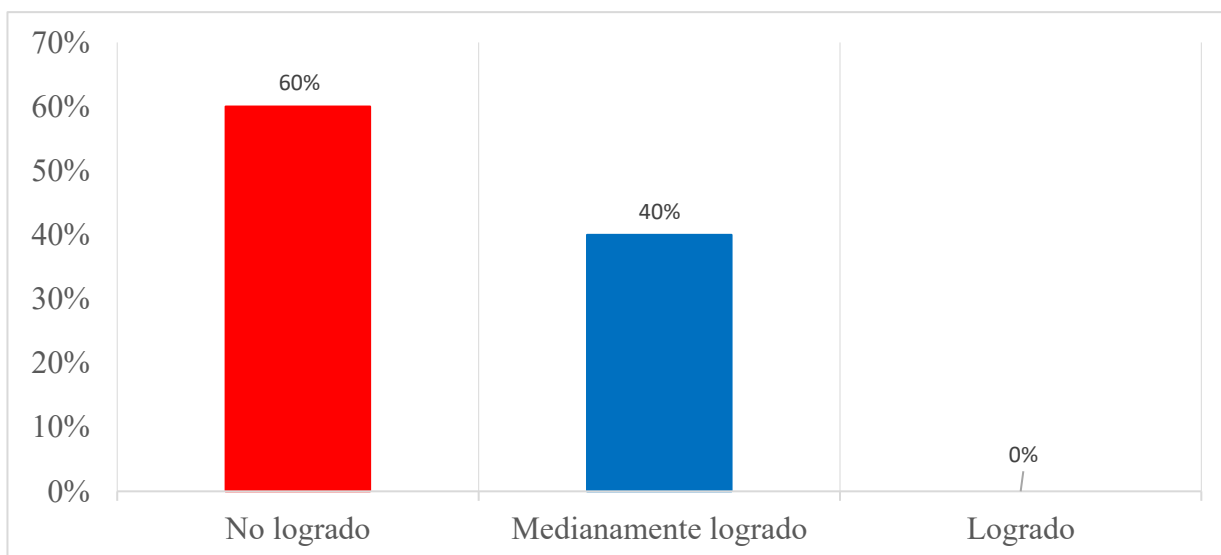
Análisis de “El Contenido es Claro” del Ejercicio de Redacción de Párrafos.

Calificación	Frecuencia	Porcentaje
No logrado	12	60%
Medianamente logrado	8	40%
Logrado	0	0%
Total	20	100%

Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º2 de la evaluación escrita: redacción de párrafos.

Figura 15

Análisis de “El Contenido es Claro” del Ejercicio de Redacción de Párrafos.



Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º2 de la evaluación escrita: redacción de párrafos.

La estadística obtenida del análisis de “El contenido es claro” en el ejercicio de redacción de párrafos, indica que la categoría más alta, la obtuvo el “no logrado” con un 60%, seguida de “medianamente logrado” con un 40%. Esto refleja que la totalidad de los estudiantes presentan dificultad para planificar previamente su redacción, así como también, la falta de dominio del vocabulario necesario para expresar lo que desean comunicar.

Tabla 18

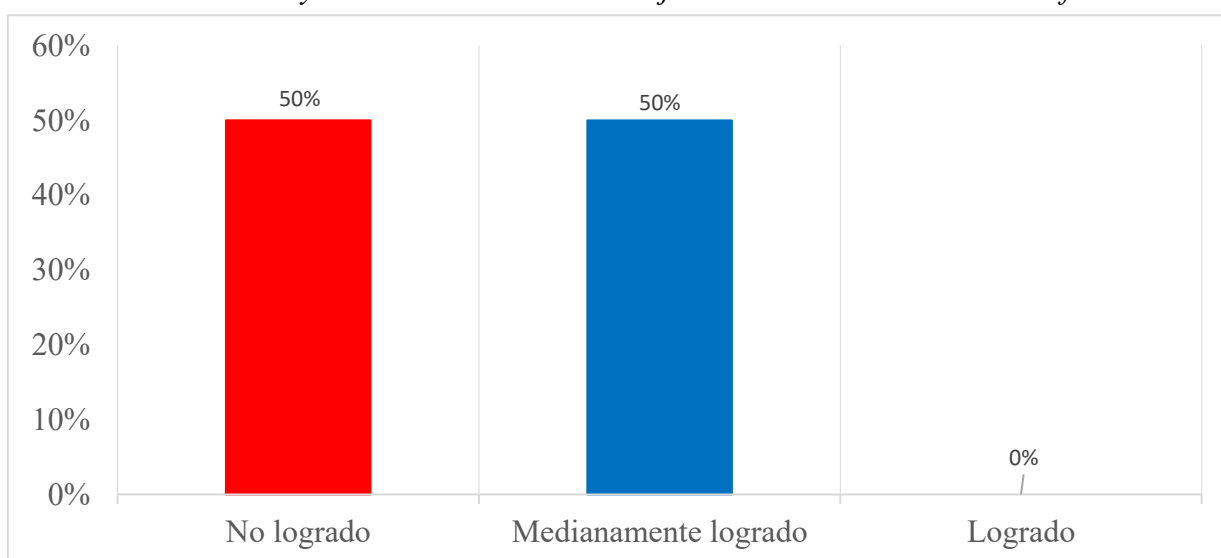
Análisis de “Hay Secuencia de Ideas” del Ejercicio de Redacción de Párrafos.

Calificación	Frecuencia	Porcentaje
No logrado	10	50%
Medianamente logrado	10	50%
Logrado	0	0%
Total	20	100%

Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º2 de la evaluación escrita: redacción de párrafos.

Figura 16

Análisis de “Hay Secuencia de Ideas” del Ejercicio de Redacción de Párrafos.



Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º2 de la evaluación escrita: redacción de párrafos.

Los resultados del análisis en “Hay secuencia de ideas”, en la redacción de párrafos, revelan una distribución equitativa entre las categorías “no logrado” y “medianamente logrado”, con un 50% de estudiantes cada una de ellas. Esto genera una notoria deficiencia en la organización del discurso, evidenciando la ausencia o uso incorrecto de conectores, desorden de estructuras y entre otros caracteres importantes al redactar un texto escrito.

Tabla 19

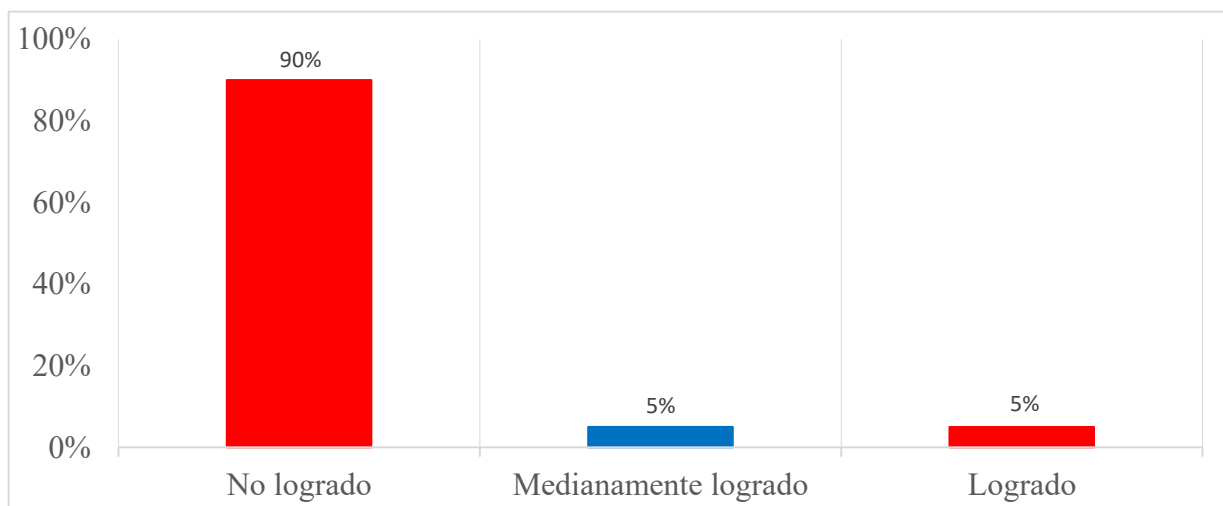
Análisis de “El Texto Presenta la Estructura Solicitada” del Ejercicio de Redacción de Párrafos.

Calificación	Frecuencia	Porcentaje
No logrado	18	90%
Medianamente logrado	1	5%
Logrado	1	5%
Total	20	100%

Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º2 de la evaluación escrita: redacción de textos.

Figura 17

Análisis de “El Texto Presenta la Estructura Solicitada” del Ejercicio de Redacción de Párrafos.



Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º2 de la evaluación escrita: redacción de párrafos.

Del análisis de “El texto presenta la estructura solicitada”, se evidencia que la categoría que prevaleció fue la de “no logrado” con un 90%, seguida por las categorías de “medianamente logrado” y “no logrado” con un 5% cada una de ella. Por lo cual, se demuestra que los estudiantes tienen una falta de comprensión y aplicación de las pautas estructurales.

Tabla 20

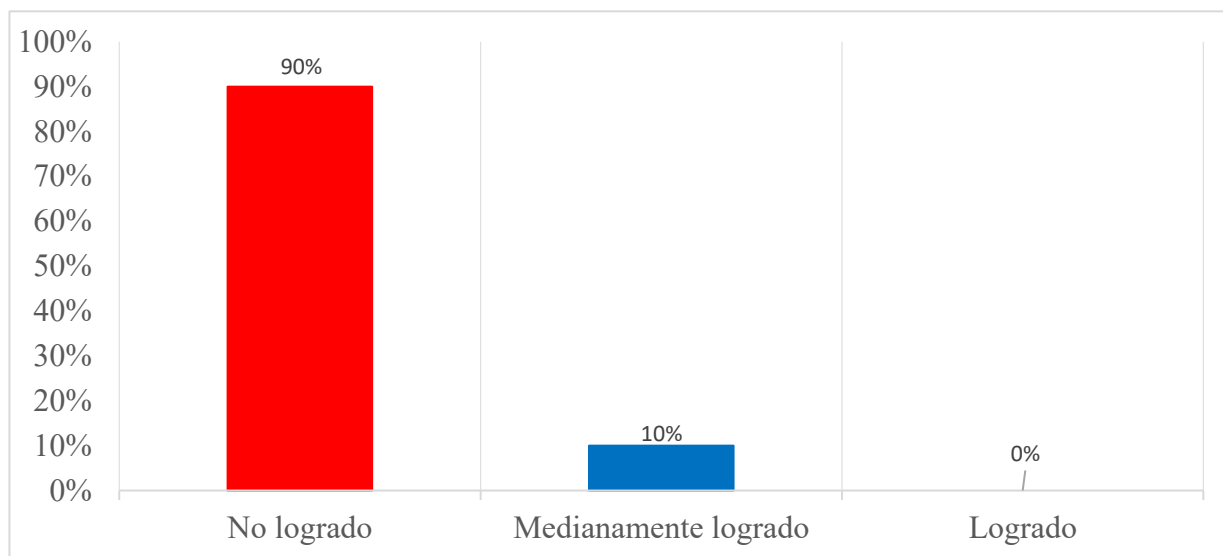
Análisis de “Los Párrafos Están Bien Estructurados” del Ejercicio de Redacción de Párrafos.

Calificación	Frecuencia	Porcentaje
No logrado	18	90%
Medianamente logrado	2	10%
Logrado	0	0%
Total	20	100%

Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º2 de la evaluación escrita: redacción de párrafos.

Figura 18

Análisis de “Los Párrafos Están Bien Estructurados” del Ejercicio de Redacción de Párrafos.



Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º2 de la evaluación escrita: redacción de párrafos.

En la evaluación de “Los párrafos están bien estructurados”, se obtuvo que la categoría de “no logrado” obtuvo la mayor frecuencia con un 90%, seguido por “medianamente logrado” con un 10%. Es por estos resultados, que se puede confirmar que hay una notoria deficiencia en la organización textual de los estudiantes de la muestra.

Tabla 21

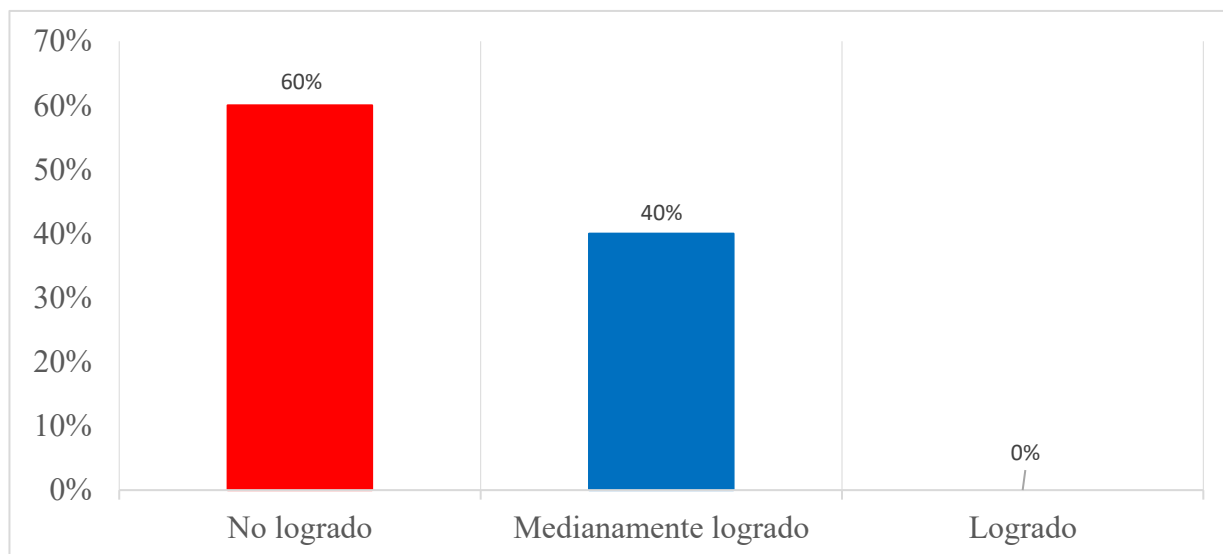
Análisis de “Utiliza Vocabulario Apropiado” del Ejercicio de Redacción de Párrafos.

Calificación	Frecuencia	Porcentaje
No logrado	12	60%
Medianamente logrado	8	40%
Logrado	0	0%
Total	20	100%

Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º2 de la evaluación escrita: redacción de párrafos.

Figura 19

Análisis de “Utiliza Vocabulario Apropiado” del Ejercicio de Redacción de Párrafos.



Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º2 de la evaluación escrita: redacción de párrafos.

Según los resultados de “Utiliza vocabulario apropiado” de la redacción de párrafos, se evidencia que las categorías con mayor porcentaje fueron las de “no logrado” y “medianamente logrado” con 60% y 40% respectivamente. Es por tanto que se refleja una limitación en su competencia escrita.

Tabla 22

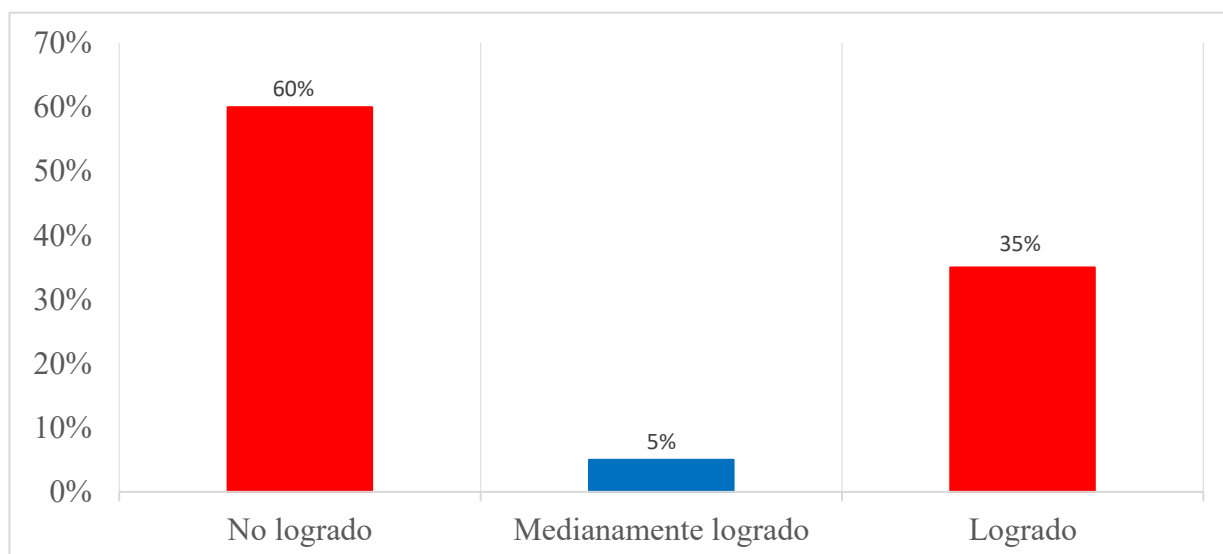
Análisis de “Evita la Repetición de Palabras” del Ejercicio de Redacción de Párrafos.

Calificación	Frecuencia	Porcentaje
No logrado	12	60%
Medianamente logrado	1	5%
Logrado	7	35%
Total	20	100%

Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º2 de la evaluación escrita: redacción de párrafos.

Figura 20

Análisis de “Evita la Repetición de Palabras” del Ejercicio de Redacción de Párrafos.



Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º2 de la evaluación escrita: redacción de párrafos.

Según los resultados obtenidos de “Evita la repetición de palabras” en la redacción de párrafos, la categoría de “no logrado” obtuvo la mayor proporción con un 60%, seguida por “logrado” con un 35%, y “medianamente logrado” con 5%. Por lo tanto, se puede confirmar que los estudiantes tienen un escaso léxico para redactar sus textos escritos.

Tabla 23

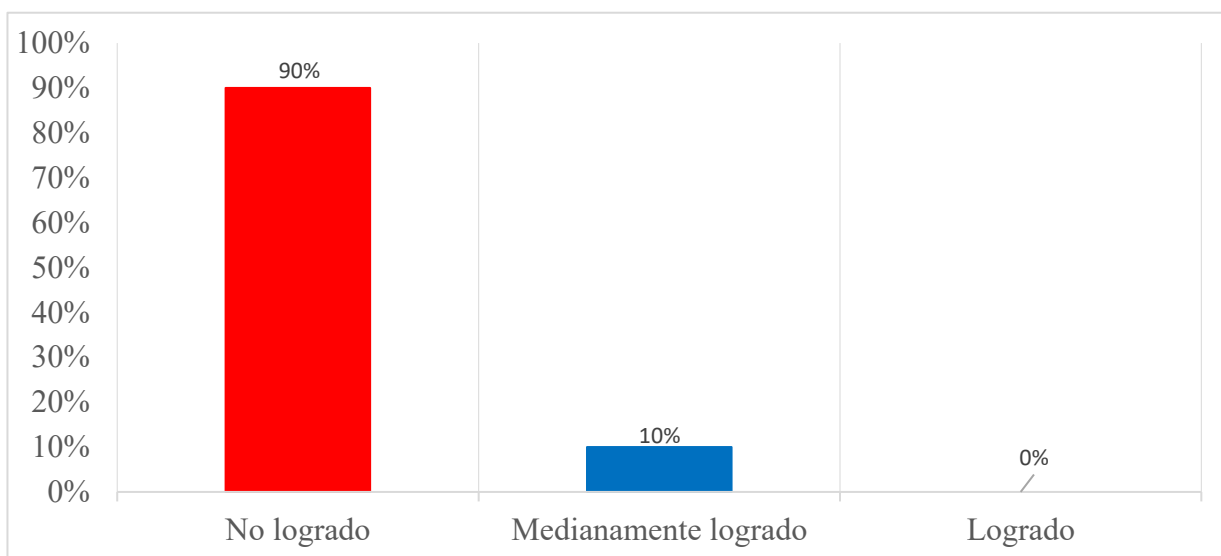
Análisis de “Utiliza Conectores” del Ejercicio de Redacción de Párrafos.

Calificación	Frecuencia	Porcentaje
No logrado	18	90%
Medianamente logrado	2	10%
Logrado	0	0%
Total	20	100%

Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º2 de la evaluación escrita: redacción de párrafos.

Figura 21

Análisis de “Utiliza Conectores” del Ejercicio de Redacción de Párrafos.



Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º2 de la evaluación escrita: redacción de párrafos.

Al examinar el ítem de “Utiliza conectores”, observamos que “no logrado” obtuvo la mayor proporción con un 90%, seguida por “medianamente logrado” con un 10%. Esto demuestra que los estudiantes tienen una falta de cohesión textual, lo cual se refleja en oraciones aisladas, desorganización en la secuencia de redacción y la reducción de la claridad y fluidez.

Tabla 24

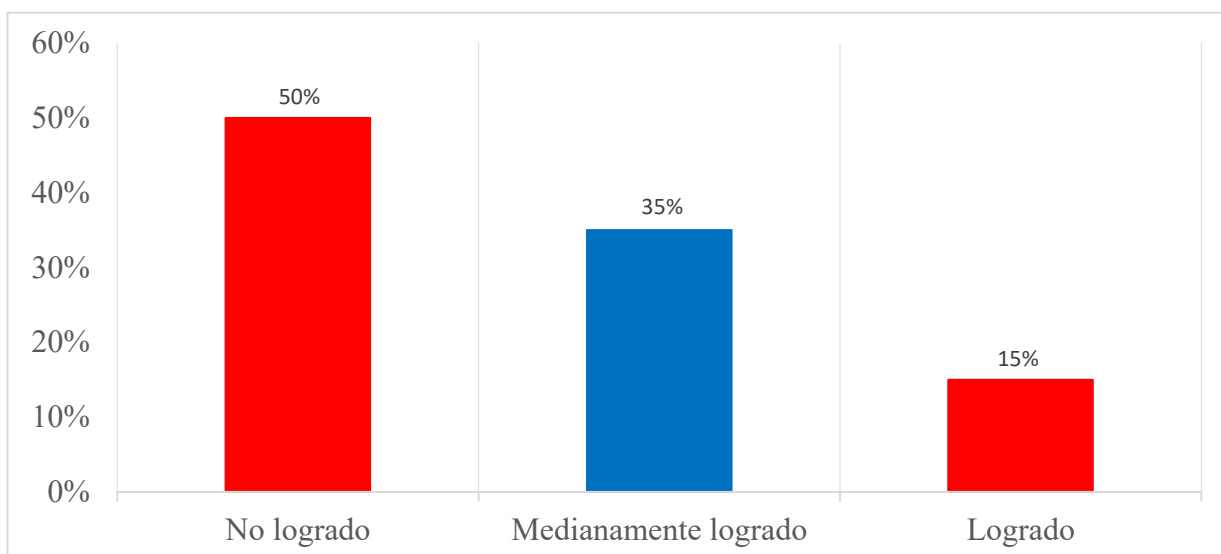
Análisis de “Utiliza Verb To Be” del Ejercicio de Redacción de Párrafos.

Calificación	Frecuencia	Porcentaje
No logrado	10	50%
Medianamente logrado	7	35%
Logrado	3	15%
Total	20	100%

Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º2 de la evaluación escrita: redacción de párrafos.

Figura 22

Análisis de “Utiliza Verb To Be” del Ejercicio de Redacción de Párrafos.



Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º2 de la evaluación escrita: redacción de párrafos.

La estadística descriptiva para la dimensión “Utiliza verb to be”, revela que “no logrado” predomina con 50%, dejando a “medianamente logrado” con 35% y “logrado” con un 15%. Con esto se refleja la deficiencia en el dominio de estructuras básicas, por lo que se manifiesta en la incapacidad para expresar los datos y descripciones.

Tabla 25

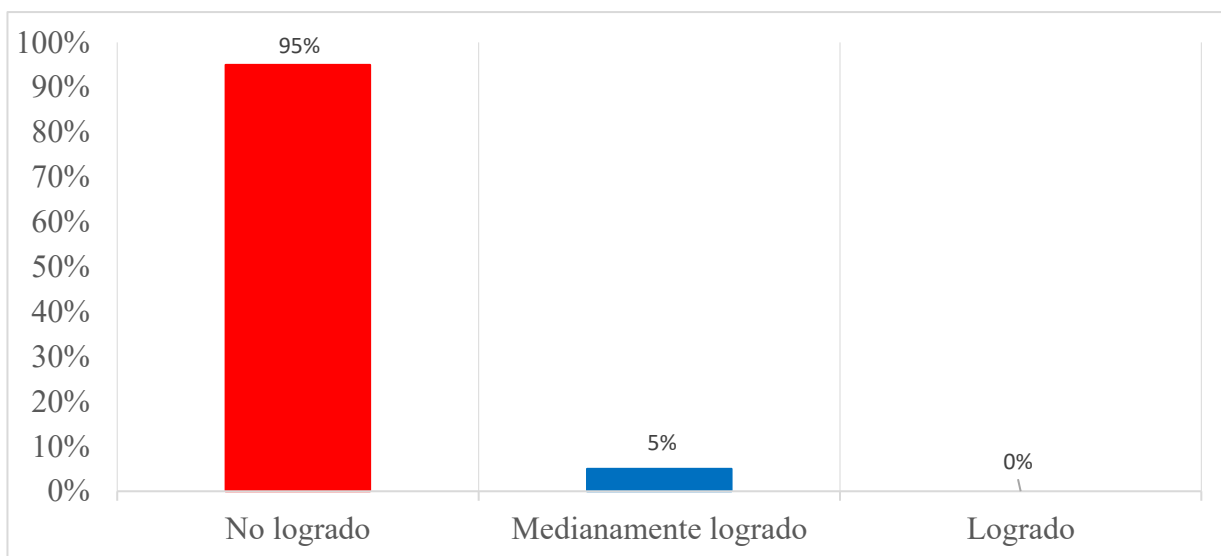
Análisis de “Utiliza Present Simple” del Ejercicio de Redacción de Párrafos.

Calificación	Frecuencia	Porcentaje
No logrado	19	95%
Medianamente logrado	1	5%
Logrado	0	0%
Total	20	100%

Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º2 de la evaluación escrita: redacción de párrafos.

Figura 23

Análisis de “Utiliza Present Simple” del Ejercicio de Redacción de Párrafos.



Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º2 de la evaluación escrita: redacción de párrafos.

En torno al criterio “Utiliza present simple”, en el ejercicio de redacción de párrafos, la mayor representación recae en “no logrado” con un 95%, seguido por “medianamente logrado” con un 5%. Es por estos resultados, que se comprende la notoria pérdida de claridad en la comunicación de los párrafos escritos, ya que hay una deficiencia en el manejo del tiempo verbal, incapacitándolos así en el poder expresar sus ideas.

Tabla 26

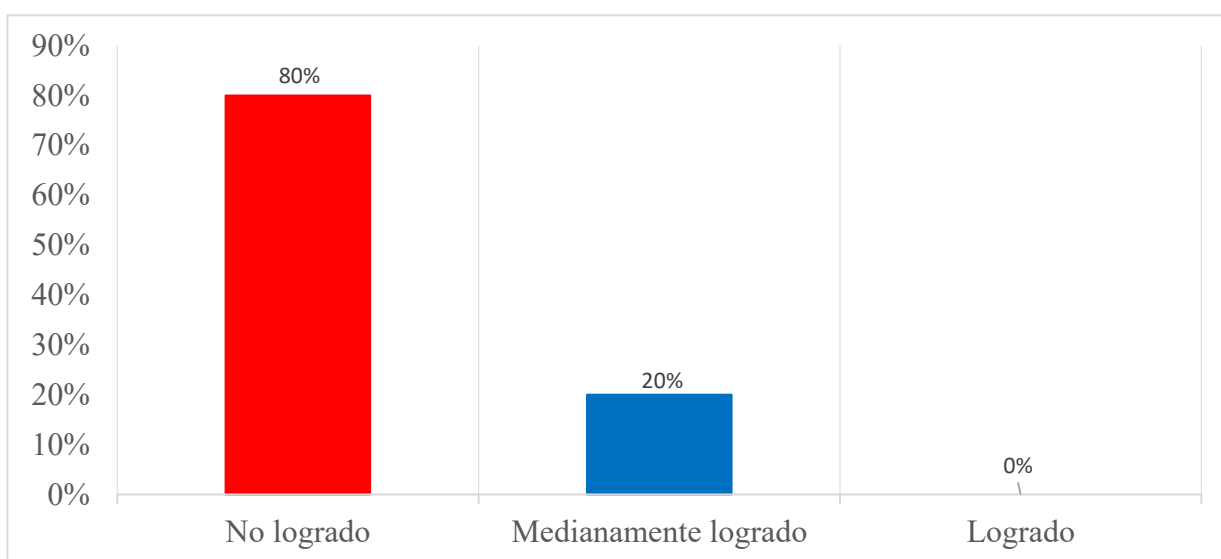
Análisis de “Hay Cohesión en el Texto” del Ejercicio de Redacción de Párrafos.

Calificación	Frecuencia	Porcentaje
No logrado	16	80%
Medianamente logrado	4	20%
Logrado	0	0%
Total	20	100%

Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º2 de la evaluación escrita: redacción de párrafos.

Figura 24

Análisis de “Hay Cohesión en el Texto” del Ejercicio de Redacción de Párrafos.



Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º2 de la evaluación escrita: redacción de párrafos.

Cuando analizamos la valoración de “Hay cohesión en el texto”, la categoría más frecuente fue la de “no logrado” con un 80%, continuado por la de “medianamente logrado” con un 20%. Es por esta razón que dentro de la prueba escrita se refleja la deficiencia en la articulación lógica del discurso, lo cual trae consigo, las oraciones aisladas sin nexos que conecten ideas, el desorden al no tener una secuencia de planteamientos, entre otras dificultades.

Tabla 27

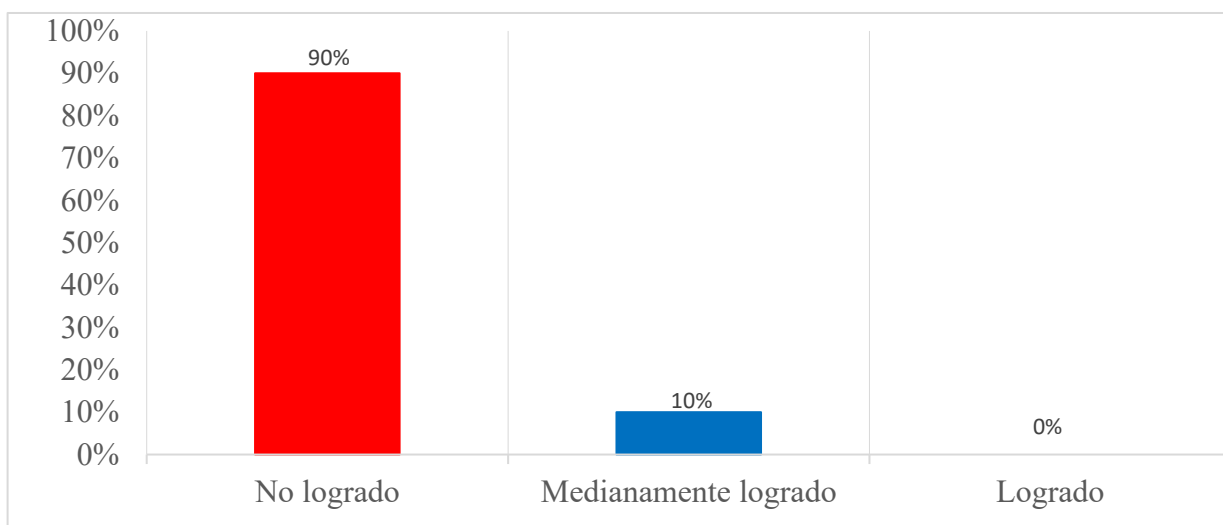
Análisis de “Los Párrafos Redactados son Coherentes” del Ejercicio de Redacción de Párrafos.

Calificación	Frecuencia	Porcentaje
No logrado	18	90%
Medianamente logrado	2	10%
Logrado	0	0%
Total	20	100%

Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º2 de la evaluación escrita: redacción de párrafos.

Figura 25

Análisis de “Los Párrafos Redactados son Coherentes” del Ejercicio de Redacción de Párrafos.



Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º2 de la evaluación escrita: redacción de párrafos.

Para el indicador “Los párrafos redactados son coherentes”, los datos apuntan a un predominio de “no logrado” con un 90%, mientras que “medianamente logrado” obtuvo un 10%. La falla en la organización y conexión de ideas, se refleja en la ausencia de una idea principal clara. Este comportamiento indica la necesidad de fortalecer las técnicas de planificación textual y el uso estratégico de marcadores discursivos para asegurar coherencia en la redacción.

Tabla 28

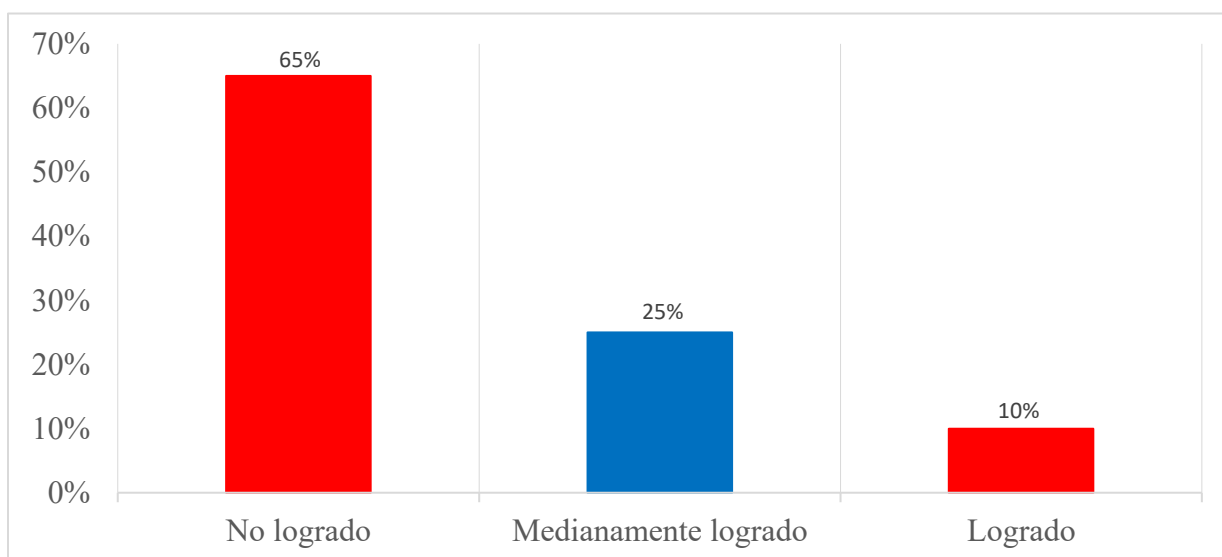
Análisis de “Utiliza Signo de Puntuación” del Ejercicio de Redacción de Párrafos.

Calificación	Frecuencia	Porcentaje
No logrado	13	65%
Medianamente logrado	5	25%
Logrado	2	10%
Total	20	100%

Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º2 de la evaluación escrita: redacción de párrafos.

Figura 26

Análisis de “Utiliza Signos de Puntuación” del Ejercicio de Redacción de Párrafos.



Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º2 de la evaluación escrita: redacción de párrafos.

Al considerar el indicador “Utiliza signos de puntuación”, del ejercicio de redacción de párrafos, se observa que la categoría “no logrado” lidera con un 65%, seguido por “medianamente logrado” con un 25%, y finalmente “logrado” con un 10%. Este patrón indica la necesidad de reforzar las reglas de puntuación básicas al redactar un texto escrito.

Tabla 29

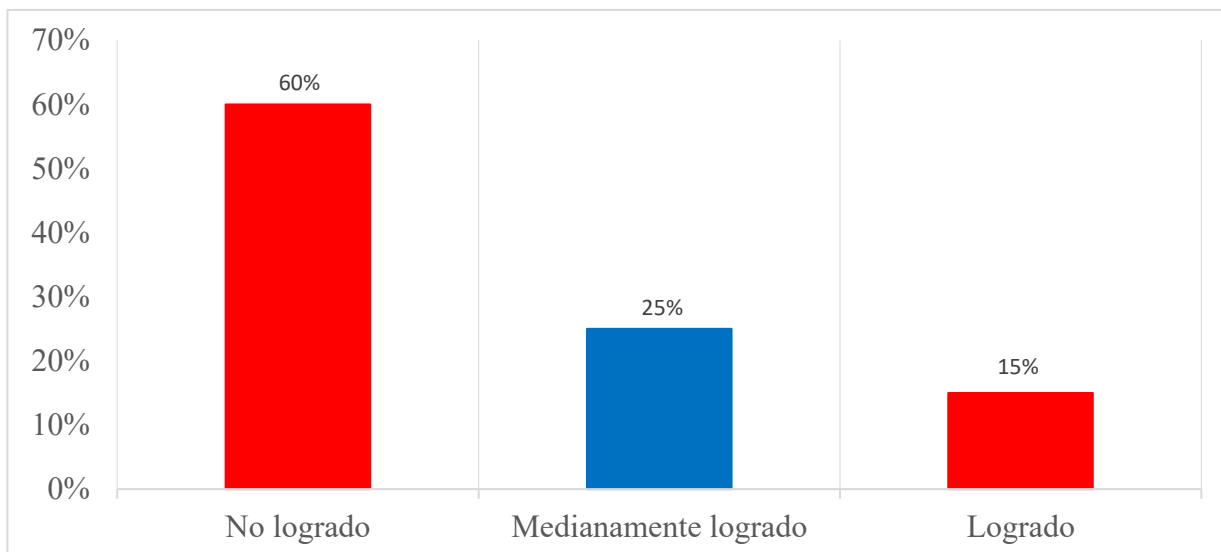
Análisis de “Uso Necesario de Mayúsculas” del Ejercicio de Redacción de Párrafos.

Calificación	Frecuencia	Porcentaje
No logrado	12	60%
Medianamente logrado	5	25%
Logrado	3	15%
Total	20	100%

Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º2 de la evaluación escrita: redacción de párrafos.

Figura 27

Análisis de “Uso Necesario de Mayúsculas” del Ejercicio de Redacción de Párrafos.



Nota. Elaborado con los datos recolectados del ejercicio N.º2 de la evaluación escrita: redacción de párrafos.

En análisis del “Uso necesario de mayúsculas” del ejercicio de redacción de párrafos, la mayor incidencia corresponde a “no logrado” con un 60%, seguido por “medianamente logrado” con un 25%, y finalmente por “logrado” con un 15%. Esta situación indica la necesidad de reforzar las reglas del buen uso de las mayúsculas, para generar mayor coherencia al redactar textos escritos.

CAPÍTULO IV: DISCUSIÓN DE RESULTADOS

En relación a las evidencias obtenidas en el diagnóstico aplicado a la habilidad de escritura en inglés, la cual fue propuesta mediante dos ejercicios de redacción, el primero, relacionado a la composición de oraciones, y el segundo consistía en componer dos párrafos siguiendo la estructura brindada en las indicaciones; se concluye que los estudiantes de la Institución Educativa Deportivo ADEU, tienen un nivel deficiente al redactar textos en inglés. Ya que, dentro del análisis realizado en cada ítem, se reveló que el mayor porcentaje del alumnado se ubicó dentro de las categorías más bajas, tales como “no logrado”, y “medianamente logrado”, lo que evidencia un nivel de escritura por debajo de lo esperado. Este predominio de resultados indica que, si bien, algunos estudiantes muestran capacidades incipientes para estructurar y expresar ideas, un número significativo aún no alcanza los criterios mínimos de coherencia, cohesión y corrección gramatical. En síntesis, los hallazgos confirman la necesidad de diseñar una estrategia pedagógica integradora que, más allá de fortalecer la escritura en inglés, estimule el desarrollo equilibrado de todas las habilidades lingüísticas de los estudiantes. Al incorporar principios de la psicología, como la técnica del Mindfulness, la cual promueve la capacidad de fijar la atención en el momento actual y propone potenciar el interés en la actividad que están realizando. Así mismo, la integración de recursos digitales interactivos resulta clave para captar su interés, ya que la presencia de una pantalla y actividades dinámicas, incrementa notablemente su motivación y tiempo de atención. Esta sinergia entre la tecnología y fundamentos psicológicos, garantiza que el alumnado no solo mejore en su redacción, sino que también, puedan experimentar un avance palpable en la comprensión auditiva, expresión oral y lectura. Por tanto, la implementación de una estrategia basada en estas premisas representa un camino viable para consolidar un aprendizaje significativo y duradero del idioma inglés.

CAPÍTULO V: PROPUESTA

TÍTULO:

“PROPUESTA DIDÁCTICA MIMOREDI PARA MEJORAR LA COMPETENCIA DE ESCRITURA EN INGLÉS”

Debido a la problemática reflejada en los estudiantes del 3° de secundaria de la I.E. Deportivo ADEU, en donde se ha observado que los alumnos carecen de las habilidades necesarias para redactar textos en inglés, debido a un vocabulario limitado y al desconocimiento de las estructuras gramaticales básicas. He desarrollado la propuesta didáctica “MIMOREDI”, diseñada para potenciar la competencia de escritura en inglés. Este enfoque combina ejercicios de relajación y atención plena (mindfulness), al inicio de cada clase, para de esta manera mejorar la concentración con actividades lúdicas apoyadas en recursos virtuales que incrementan la motivación. De esta manera, MIMOREDI, sitúa al estudiante como responsable de su propio aprendizaje, facilitando un progreso tangible en su destreza escritural.

OBJETIVO GENERAL:

- Redactar textos con contenido coherente y estructurado, utilizando el vocabulario, gramática y signos de puntuación apropiados.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS:

Fortalecer la coherencia y organización textual: Agrupar ideas de forma lógica, respetando la estructura de introducción, desarrollo y conclusión, y asegurando la relación entre el título y el contenido.

Enriquecer el uso de recursos léxico-gramaticales: Aplicar correctamente el vocabulario, la conjugación verbal, conectores y signos de puntuación para evitar la redundancia y mejorar la precisión del mensaje.

Implementar la estrategia MIMOREDI para la autonomía: Fomentar la concentración y motivación del estudiante mediante mindfulness y recursos virtuales, permitiéndole gestionar su propio proceso de producción escrita.

BENEFICIARIOS:

- 20 alumnos de las I.E. Deportivo ADEU 24.

DURACIÓN:

- **Meses:** 6 Meses
- **Semanas:** 24 semanas
- **Días:** 72 días
- **Horas:** 144 horas

FUNDAMENTACIÓN:

La fundamentación teórica que presenta la propuesta didáctica, se basa en:

MINDFULNESS

El término mindfulness proviene de la palabra pali sati, que se traduce como “atención plena” o “conciencia vigilante”. Aunque sus raíces están en las tradiciones contemplativas budistas, Jon Kabat-Zinn popularizó su aplicación secular en el Programa de Reducción de Estrés Basado en Mindfulness (MBSR) en la Universidad de Massachusetts durante los años ochenta. Actualmente, se define como la capacidad de prestar atención, de manera intencional y sin juzgar, al momento presente, incluyendo pensamientos, emociones y sensaciones corporales.

Desde la psicología cognitiva, el mindfulness actúa como un regulador de los procesos atencionales, lo cual favorece la capacidad de dirigir la atención voluntaria, de detectar y redirigir la distracción, y de mantener la concentración en una experiencia determinada. A nivel emocional, promueve la observación no reactiva de los estados internos, facilitando la autorregulación afectiva. Modelo tras modelo (por ejemplo, el esquema “S-T-O-P”: Stop, Take a breath, Observe, Proceed), se enfatiza la pausa intencional para romper el ciclo de reactividad automática.

Atención focalizada: Consiste en entrenar la mente para dirigir y mantener de forma deliberada el foco en un solo estímulo –por ejemplo, el ritmo de la respiración, las sensaciones al inhalar y exhalar, o las sensaciones corporales– sin dejarse arrastrar por otros pensamientos o distracciones. Esta práctica sistemática fortalece las conexiones neuronales en la corteza

prefrontal dorsolateral, área clave para la concentración sostenida, el control inhibitorio y la toma de decisiones, lo que se traduce en una mayor capacidad para atender de manera continua a la tarea en curso.

Conciencia abierta: Implica ampliar el campo de atención para reconocer y etiquetar sin juzgar todo lo que surge en el momento presente: pensamientos, emociones, sensaciones físicas y estímulos del entorno. Al acostumbrarnos a observar nuestros procesos mentales (metacognición), reducimos la tendencia a enredarnos automáticamente en historias internas o reacciones impulsivas. Este entrenamiento favorece la flexibilidad cognitiva, permitiéndonos responder con mayor claridad y calma ante situaciones estresantes en lugar de reaccionar de modo mecánico.

Aceptación sin juicio: Se refiere a la adopción de una actitud de apertura y curiosidad respetuosa hacia cualquier experiencia interna, ya sea agradable o incómoda, sin intentar cambiarla o evaluarla como “buena” o “mala”. Al practicar el reconocimiento amable de sensaciones y emociones difíciles, se reduce la rumiación (pensamientos repetitivos y ansiosos) y la anticipación negativa de eventos futuros. Esta disposición contribuye a disminuir la ansiedad y el malestar, creando un estado mental más sereno y receptivo al aprendizaje.

MOTIVACIÓN

La motivación es el motor interno que impulsa a los individuos a iniciar, mantener y dirigir sus comportamientos hacia la consecución de objetivos. En el ámbito educativo, comprender sus mecanismos resulta esencial para diseñar estrategias que favorezcan el aprendizaje. Se distingue comúnmente entre motivación intrínseca, que nace del propio interés y satisfacción personal, y motivación extrínseca, generada por factores externos como recompensas o expectativas.

Motivación intrínseca

Teoría del flujo. Propuesta por Mihály Csíkszentmihályi, la teoría del flow describe un estado de inmersión total en la actividad, donde el reto y la habilidad están equilibrados. En este estado, el individuo experimenta una profunda concentración, disfrute y sensación de control, lo cual refuerza su impulso interno por continuar aprendiendo.

Teoría de la Autodeterminación. Deci y Ryan plantean que la motivación intrínseca florece cuando se satisfacen tres necesidades psicológicas básicas:

- Autonomía: sensación de control sobre la propia conducta.
- Competencia: percepción de eficacia al enfrentar tareas desafiantes.
- Vinculación: sentir conexión y apoyo social.

En un entorno que promueva estas condiciones, los estudiantes desarrollan un deseo genuino de aprender, valorar el proceso y persistir ante las dificultades.

Teoría de la competencia. Parte esencial de la SDT, esta teoría enfatiza que las personas se sienten motivadas cuando perciben un progreso real en sus habilidades. El feedback constructivo y las oportunidades para demostrar dominio refuerzan la confianza, fomentando un ciclo positivo de esfuerzo y logro.

Motivación extrínseca

Teoría del Reforzamiento. Basada en el conductismo de B. F. Skinner, esta teoría sostiene que las conductas seguidas de recompensas tienden a repetirse, mientras que las asociadas a castigos disminuyen. En el contexto escolar, la entrega de calificaciones, elogios o insignias funciona como reforzador positivo, incentivando la realización de tareas y la participación.

Teoría de la Expectativa-Valor. Propuesta por Vroom y luego adaptada a la educación, sostiene que la motivación de un individuo depende de dos factores:

- Expectativa: creencia de que el esfuerzo conducirá a un buen desempeño.
- Valor: importancia que el estudiante otorga al resultado.

Cuando los alumnos confían en sus capacidades (alta expectativa) y perciben relevancia en la tarea (alto valor), muestran mayor disposición y energía para involucrarse en el aprendizaje.

RECURSOS DIGITALES

Los recursos digitales comprenden herramientas, contenidos y entornos virtuales que facilitan el proceso de enseñanza-aprendizaje mediante dispositivos electrónicos. Incluyen desde vídeos y animaciones hasta simuladores, aplicaciones interactivas y plataformas de gestión educativa (LMS). Su integración en el aula responde a la necesidad de adaptar la educación a las demandas tecnológicas y fomentar un aprendizaje más activo y centrado en el estudiante.

Plataformas Educativas: Las plataformas educativas o LMS (Learning Management Systems) son entornos virtuales que agrupan contenidos, actividades, herramientas de comunicación y evaluación. Ejemplos populares incluyen Moodle, Google Classroom y Canvas.

- Organización de contenidos: permiten estructurar módulos, unidades y recursos de forma secuencial.
- Comunicación y colaboración: foros, chats y wikis facilitan la interacción entre estudiantes y profesores.
- Evaluación continua: cuestionarios en línea, rúbricas digitales y retroalimentación instantánea.

CONCLUSIONES

A partir del análisis realizado, se concluye que el nivel de escritura en inglés de los estudiantes evaluados se encuentra en un rango bajo, con un predominio significativo en las categorías de “no logrado” y “medianamente logrado”. Estos resultados evidencian que los estudiantes presentan dificultades para estructurar ideas con coherencia, emplear vocabulario adecuado y aplicar correctamente las normas gramaticales del idioma, lo que refleja la necesidad urgente de reforzar esta competencia dentro del proceso de enseñanza-aprendizaje.

La propuesta pedagógica “MIMOREDI” se sustenta en el bajo nivel de la competencia de escritura en inglés, evidenciada en los resultados, así como en la importancia de abordar el aprendizaje del inglés desde una perspectiva motivadora, dinámica y con apoyo en fundamentos psicológicos y pedagógicos. Esta propuesta busca no solo mejorar la habilidad de redacción, sino también fortalecer todas las destrezas lingüísticas del idioma a través de metodologías activas, el uso de recursos digitales y estrategias que estimulen la atención y la motivación sostenida de los estudiantes.

RECOMENDACIONES

Los directivos deben incorporar de manera planificada la práctica del mindfulness en la rutina escolar para favorecer la concentración, la atención y el bienestar emocional de los estudiantes.

Los directivos deben asignar presupuesto para la adquisición de herramientas digitales (plataformas educativas, aplicaciones interactivas y dispositivos tecnológicos) y habilitar espacios destinados a la innovación educativa.

Los directivos deben implementar programas de capacitación para el personal docente y no docente en prácticas de mindfulness y uso pedagógico de tecnologías educativas.

Los docentes deben integrar las prácticas propuestas en el proyecto y aplicar metodologías innovadoras que fortalezcan el interés académico y el aprendizaje significativo.

Los docentes deben participar activamente en las capacitaciones institucionales para mejorar sus competencias en mindfulness y en el uso de recursos digitales.

Los docentes deben mantener comunicación constante y asertiva con las familias para monitorear el progreso de los estudiantes y brindar apoyo oportuno cuando sea necesario.

Los padres de familia o apoderados deben comunicarse regularmente con sus hijos y con la institución educativa para conocer su nivel de participación y contribuir al seguimiento del impacto del proyecto en el aprendizaje.

REFERENCIAS

Acuña, M. (2017). Objetos Virtuales de Aprendizajes en línea. EVirtualplus; Marit Acuña.

<https://www.evirtualplus.com/objetos-virtuales-de-aprendizajes-linea/>

Arenilla, M. (2023). Análisis de la eficacia de los programas basados en mindfulness en educación secundaria obligatoria.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/tesis?codigo=322050>

Castillo, D. (2020). Las TIC en los procesos de enseñanza-aprendizaje desarrollados por maestros tutores de Educación Primaria en la Región de Murcia.

<https://revistas.um.es/riite/article/view/432061/294771>

Dominguez, C. (2022). Uso de herramientas digitales para mejorar la habilidad de escritura en inglés en una institución educativa de Huamachuco, 2022.

https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV_ebfa73af3da5641c651a33f7f5c80

[1f8#details](#)

EF EPI 2023 - Índice EF de dominio del inglés. <https://www.ef.com.ec/epi/>

Fernández, I. (2021). Mindfulness y educación. beneficios y aplicaciones educativas de la atención plena y su relación con el bachillerato internacional.

<https://dadun.unav.edu/handle/10171/58259>

Escuela de Negocios Euroinnova. (s.f.). Cuáles son las fuentes de energía renovables y no renovables. Escuela de Negocios Euroinnova.

<https://www.euroinnova.pe/blog/recursos-digitales>

- Guevara, M. (2021). Textos significativos para mejorar la comprensión lectora de los estudiantes del curso de Inglés-Nivel 3 del programa regular de pregrado de la Universidad César Vallejo-Filial Chiclayo-2018.
<https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/10297>
- Idrogo, J. (2019). Talleres con estrategias significativas que utilizan las TIC para lograr un mejoramiento significativo en la producción escrita basada en el enfoque comunicativo de David Nunan con estudiantes del II ciclo de desarrollo de software en SENATI – Tarapoto – Perú.
https://repositorio.unprg.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12893/6997/Idrogo_Cubas_Ju_lissa.pdf?sequence=3&isAllowed=y
- Jimenez, T. (2023). *Motivación y competencia escribe en inglés en estudiantes de secundaria de la Institución Educativa 0236, Huallaga – 2023.*
https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/119876/Jimenez_FT-SD.pdf?sequence=4&isAllowed=y
- Lan, X. (2021). *Origen del mindfulness | De la india hasta Occidente. Xuan Lan Yoga.*
<https://xuanlanyoga.com/origen-del-mindfulness/>
- Laura Ruiz Mitjana. (2019). Teoría de la expectativa de Vroom: qué es y qué dice sobre el trabajo. Portal Psicología y Mente. <https://psicologiaymente.com/organizaciones/teoria-expectativa-vroom>
- Linares, R. (2014) *Mindfulness Madrid | Meditacion Mindfulness. El prado psicólogos.*
<https://www.elpradopsicologos.es/terapia/mindfulness/>
- Lluen, H. (2018). “Estrategias didácticas usando las TIC’S para mejorar el proceso de enseñanza aprendizaje en la I.E. Elvira Garcia Y Garcia del distrito de Chiclayo”.
<https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/7859>

- Lobato, P. (2023). Objeto Virtual de Aprendizaje (OVA): qué es, características y ejemplos. *Mente inteligente*. <https://www.smartmind.net/blog/objeto-virtual-de-aprendizaje-ova-que-es-caracteristicas-ejemplos/>
- Medina, R. (2019). Aplicación de tecnología multimedia en la enseñanza- aprendizaje del idioma inglés en las alumnas de segundo grado de secundaria de la I.E. “Santa Magdalena Sofia”- Chiclayo. <https://repositorio.unprg.edu.pe/handle/20.500.12893/6639>
- Mauriz, I. & Fernandez, J. (2023). Una intervención educativa con adolescentes basada en el mindfulness: investigación cualitativa. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8987910>
- Porca, N. (2022). *Conoce la historia del mindfulness: ¿cómo surge? Deusto Salud*. <https://www.deustosalud.com/cursos/bienestar/crecimiento-personal-profesional/curso-mindfulness/historia>
- Prado, M. (2018) Mindfulness aplicado a la educación. Blog Noticias Oposiciones y bolsas Trabajo Interinos. Campuseducacion.com. [https://www.campuseducacion.com/blog/revista-digital-docente/mindfulness-aplicado-la-educacion/#:~:text=La%20pr%C3%A1ctica%20del%20mindfulness%20en,de%20est%C3%ADmulos%20internos%20como%20externos\).](https://www.campuseducacion.com/blog/revista-digital-docente/mindfulness-aplicado-la-educacion/#:~:text=La%20pr%C3%A1ctica%20del%20mindfulness%20en,de%20est%C3%ADmulos%20internos%20como%20externos).)
- Psicopedagogiaaprendizajec (2012). *Abraham Maslow y su teoría de la motivación humana*. psicopedagogiaaprendizajec.

<https://psicopedagogiaaprendizajeuc.wordpress.com/2012/06/29/abraham-maslow-y-su-teoria-de-la-motivacion-humana/>

Quintero; J (2007). Universidad Fermin Toro; Escuela de Doctorado; Seminario Teorías y paradigmas educativos; Venezuela; extraído el 28 de Junio del 2012 en sitio web: <http://doctorado.josequintero.net/>

Ramos, M. (2021). Efectos de la práctica de mindfulness sobre la atención selectiva y sostenida y el control inhibitorio en alumnos de 4° y 5° año de Educación Primaria so de las TIC para el aprendizaje del idioma inglés para estudiantes de secundaria <https://repositorio.flacsoandes.edu.ec/bitstream/10469/18724/2/TFLACSO-2021%20MVRM.pdf>

Rivera, A. (2021). Recursos educativos digitales y su importancia en la educación del siglo XXI . Plataforma Educativa Luca: Curso en línea y Aprendizaje Esperado; Plataforma Educativa Luca. <https://www.lucaedu.com/recursos-educativos-digitales/>

Rodríguez, R. (2021). *¿Qué es el mindfulness? ¿Cómo nos puede ayudar? Psiquion.* <https://www.psiquion.com/blog/mindfulness#:~:text=El%20mindfulness%20sostiene%20que%20nos,nos%20podemos%20llegar%20a%20frustrar.>

Rodríguez, E. (2019). 15 Programas de Mindfulness en la Escuela. Elefantezen. <https://elefantezen.com/15-programas-de-mindfulness-en-la-escuela/>

Sarmiento, I. (2021). *Relación entre la motivación intrínseca y el aprendizaje del idioma inglés del nivel secundario en una I.E. Trujillo - 2021.*

https://alicia.concytec.gob.pe/vufind/Record/UCVV_19fd2874ca4e466275f4d83ada3f53ee

Seplacan, A. (2022). *Autorregulación emocional: Mindfulness para niños con nee (TDAH) en educación primaria*. <https://ojs.ual.es/ojs/index.php/KASP/article/view/8607>

Villalobos, J. (2023). *Programa mindfulness para prevenir la ansiedad desadaptativa en estudiantes de un instituto superior pedagógico de Santa Cruz, Cajamarca*. <https://repositorio.uss.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12802/10908/Villalobos%20Guerro%20Jheyson%20Hanany.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

ANEXOS

Dr. Dejo Aguinaga Susan Fabiola

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO

Es muy grato dirigirme a usted para expresarle mi saludo cordial, asimismo, solicitarle su valiosa colaboración en calidad de EXPERTO para validar el instrumento denominado PRUEBA ESCRITA EN INGLÉS, PARA LA ELABORACIÓN DE PROPUESTA DIDÁCTICA MIMOREDI PARA MEJORAR LA ESCRITURA EN INGLÉS DE LOS ESTUDIANTES DE LA I.E.P. DEPORTIVO ADEU, LAMBAYEQUE - 2023, elaborado por la Bach. Huamán Gavidia Maricielo.

El expediente de validación que le hago llegar contiene:

- Carta de presentación
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones
- Ejemplar de instrumento completo
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos

Quiero expresarle mi agradecimiento y consideración por la atención que dispensa a la presente.

Atentamente.



Maricielo Huaman Gavidia

D.N.I. 72033747

DEFINICIÓN CONCEPTUAL DE LAS VARIABLES Y DIMENSIONES

Variable: Propuesta didáctica MIMOREDI

- Propuesta la cual sugiere el uso del Mindfulness como método que contribuye en la reducción del estrés y en su lugar, promueve la concentración de los estudiantes, con la intención de generar un aprendizaje significativo. Así mismo también, se promueve el uso complementario de los recursos digitales para el desarrollo de las sesiones con la intención de motivar a los estudiantes en el aprendizaje de un nuevo idioma.

- **Dimensión 1: Mindfulness**

El término mindfulness se traduce como “atención plena” o “conciencia plena”. Esta práctica tiene raíces milenarias en el budismo, pero fue Jon Kabat Zinn, quien fue un docente de medicina que desarrolló el programa “Mindfulness Based Stress Reduction” (MBSR) o reducción del estrés basada en el Mindfulness en la Universidad de Massachusetts en 1970. El programa inició con el objetivo de ser utilizado en un contexto clínico y terapéutico, sin embargo, con el tiempo este ha sido añadido en diversas áreas tales como la psicología, medicina, educación y gestión del estrés.

- **Dimensión 2: Motivación**

La motivación es aquella fuerza interna o externa, la cual actúa sobre un individuo y le permite prolongar acciones en el tiempo con la intención de recibir una recompensa después de alcanzar una meta, la cual puede estar relacionada con el logro personal, laboral, familiar, entre otros. Esta nos permite también, generar hábitos, vivir nuevas experiencias, sostener el esfuerzo de una tarea, con la intención de satisfacer necesidades.

- **Dimensión 3: Recursos Digitales**

Los recursos digitales son herramientas mediadoras, las cuales permiten al estudiante la adquisición de conocimientos acerca de diferentes temas, reforzando temáticas y procesos. Estos recursos se caracterizan por su dinamismo e interactividad con el uso de imágenes, animaciones, videos, entre otros.

Variable: Escritura del idioma inglés

- Es una actividad que permite crear un medio de comunicación a través del uso de un sistema de signos y símbolos, los cuales originan una idea o concepto y son marcados sobre una superficie. Dentro del sistema de lenguaje, la escritura tiene como base el vocabulario, la gramática, la semántica y un conjunto de signos y símbolos.

- **Dimensión 1: Contenido:**

El contenido es el total de la información que contiene un texto, es decir, sus palabras y el significado de las mismas.

- **Dimensión 2: Organización:**

La organización refiere a la estructura que se utiliza en la formación de un texto, así como el tema sobre el que se refiere y la semántica que se utiliza.

- **Dimensión 3: Expresión:**

Es una destreza lingüística que refiere a la producción del lenguaje escrito y nos ayuda a dejar constancia de los hechos que deseamos relatar.

- **Dimensión 4: Gramática:**

La gramática hace parte de la lingüística, la cual facilita la comunicación, a través de un conjunto de normas y reglas que nos indican como expresarnos correctamente en un idioma.

- **Dimensión 5: Sintaxis:**

La sintaxis es parte de la gramática, la cual se encarga de estudiar el orden y relación entre las palabras.

- **Dimensión 6: Puntuación:**

Es un conjunto de signos que son empleados en la escritura para organizar el sentido, separando en grupos e indicando por elementos que guarden relación con la entonación y pronunciación.

PRUEBA ESCRITA EN INGLÉS PARA LA ELABORACIÓN DE LA PROPUESTA DIDÁCTICA MIMOREDI PARA MEJORAR LA ESCRITURA EN INGLÉS DE LOS ESTUDIANTES DE LA I.E.P. DEPORTIVO ADEU

Instrucciones: En la parte inferior encontrará una serie de preguntas, las cuales van a indicar el nivel de escritura que presentan los estudiantes de la Institución Educativa Deportivo ADEU. Del mismo modo, lea cuidadosamente cada una de las premisas y responda de manera clara y concisa; tenga en cuenta el nivel de significancia que posee cada una de ellas en base al tema a tratar.

EXAM

NAME: _____

LOOK AT THE PICTURE AND DESCRIBE THE GIRL. USE THE WORDS FROM THE BOX.



10 YEARS OLD - YOUNG - SHIRT
HAPPY - BROWN EYES - READ

SHE IS CHARLOTTE.

SHE IS _____

SHE _____

WRITE 2 PARAGRAPHS ABOUT YOU. USE THE QUESTIONS AS A GUIDE:

- 1° Paragraph: What's your name? How old are you? Where do you live? What is your favorite color? What is your favorite food?
- 2° Paragraph: What's your physical appearance?

* Don't forget to use connectors (and, so, or, because) and punctuation marks to write the paragraphs.

VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

Después de revisado el instrumento, es valiosa su opinión acerca de lo siguiente:

- | Menos de | 50 | 60 | 70 | 80 | 90 | 100 |
|--|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 1. ¿En qué porcentaje estima Usted que con esta prueba se logrará el objetivo propuesto? | () | () | () | () | () | () |
| 2. ¿En qué porcentaje considera que las preguntas están referidas a los conceptos del tema? | () | () | () | () | () | () |
| 3. ¿Qué porcentaje de las interrogantes planteadas son suficientes para lograr los objetivos? | () | () | () | () | () | () |
| 4. ¿En qué porcentaje, las preguntas de la prueba son de fácil comprensión? | () | () | () | () | () | () |
| 5. ¿Qué porcentaje de preguntas siguen secuencia lógica? | () | () | () | () | () | () |
| 6. ¿En qué porcentaje valora Usted que con esta prueba se obtendrán datos similares en otras muestras? | () | () | () | () | () | () |

SUGERENCIAS

1. ¿Qué preguntas considera usted deberían agregarse?

.....
.....
.....
.....
.....

2. ¿Qué preguntas estima podrían eliminarse?

.....
.....
.....

.....
.....

3. ¿Qué preguntas considera deberán reformularse o precisarse mejor?

.....
.....
.....
.....
.....

VALIDACIÓN DE LA PROPUESTA

Después de revisado el instrumento, es valiosa su opinión acerca de lo siguiente:

- | Menos de | 50 | 60 | 70 | 80 | 90 | 100 |
|--|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 1. ¿En qué porcentaje estima Usted que con esta propuesta se logrará el objetivo? | () | () | () | () | () | () |
| 2. ¿En qué porcentaje considera que las teorías están referidas a los conceptos de la propuesta? | () | () | () | () | () | () |
| 3. ¿Qué porcentaje de las teorías planteadas son suficientes para lograr los objetivos? | () | () | () | () | () | () |
| 4. ¿En qué porcentaje, la definición de la propuesta es de fácil comprensión? | () | () | () | () | () | () |
| 5. ¿Qué porcentaje consideras que la propuesta sea viable? | () | () | () | () | () | () |

SUGERENCIAS

1. ¿Qué actividades o criterios de evaluación considera usted que deberían agregarse para fortalecer la propuesta?
2. ¿Qué elementos de las sesiones o indicadores de las rúbricas estima podrían eliminarse por no ser relevantes?
3. ¿Qué puntos específicos considera que deberán reformularse o precisarse mejor para evitar ambigüedades?

Fecha: Noviembre del 2023

Validado por: Dejo Aguinaga Susan Fabiola

Firma:



D.N.I.: 03700476

Dr. Fernández Celis María del Pilar

Presente

Asunto: VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO A TRAVÉS DE JUICIO DE EXPERTO

Es muy grato dirigirme a usted para expresarle mi saludo cordial, asimismo, solicitarle su valiosa colaboración en calidad de EXPERTO para validar el instrumento denominado PRUEBA ESCRITA EN INGLÉS, PARA LA ELABORACIÓN DE PROPUESTA DIDÁCTICA MIMOREDI PARA MEJORAR LA ESCRITURA EN INGLÉS DE LOS ESTUDIANTES DE LA I.E.P. DEPORTIVO ADEU, LAMBAYEQUE - 2023, elaborado por la Bach. Huamán Gavidia Maricielo.

El expediente de validación que le hago llegar contiene:

- Carta de presentación
- Definiciones conceptuales de las variables y dimensiones
- Ejemplar de instrumento completo
- Certificado de validez de contenido de los instrumentos

Quiero expresarle mi agradecimiento y consideración por la atención que dispensa a la presente.

Atentamente.



Maricielo Huaman Gavidia

D.N.I. 72033747

DEFINICIÓN CONCEPTUAL DE LAS VARIABLES Y DIMENSIONES

Variable: Propuesta didáctica MIMOREDI

- Propuesta la cual sugiere el uso del Mindfulness como método que contribuye en la reducción del estrés y en su lugar, promueve la concentración de los estudiantes, con la intención de generar un aprendizaje significativo. Así mismo también, se promueve el uso complementario de los recursos digitales para el desarrollo de las sesiones con la intención de motivar a los estudiantes en el aprendizaje de un nuevo idioma.

- **Dimensión 1: Mindfulness**

El término mindfulness se traduce como “atención plena” o “conciencia plena”. Esta práctica tiene raíces milenarias en el budismo, pero fue Jon Kabat Zinn, quien fue un docente de medicina que desarrolló el programa “Mindfulness Based Stress Reduction” (MBSR) o reducción del estrés basada en el Mindfulness en la Universidad de Massachusetts en 1970. El programa inició con el objetivo de ser utilizado en un contexto clínico y terapéutico, sin embargo, con el tiempo este ha sido añadido en diversas áreas tales como la psicología, medicina, educación y gestión del estrés.

- **Dimensión 2: Motivación**

La motivación es aquella fuerza interna o externa, la cual actúa sobre un individuo y le permite prolongar acciones en el tiempo con la intención de recibir una recompensa después de alcanzar una meta, la cual puede estar relacionada con el logro personal, laboral, familiar, entre otros. Esta nos permite también, generar hábitos, vivir nuevas experiencias, sostener el esfuerzo de una tarea, con la intención de satisfacer necesidades.

- **Dimensión 3: Recursos Digitales**

Los recursos digitales son herramientas mediadoras, las cuales permiten al estudiante la adquisición de conocimientos acerca de diferentes temas, reforzando temáticas y procesos. Estos recursos se caracterizan por su dinamismo e interactividad con el uso de imágenes, animaciones, videos, entre otros.

Variable: Escritura del idioma inglés

- Es una actividad que permite crear un medio de comunicación a través del uso de un sistema de signos y símbolos, los cuales originan una idea o concepto y son marcados sobre una superficie. Dentro del sistema de lenguaje, la escritura tiene como base el vocabulario, la gramática, la semántica y un conjunto de signos y símbolos.

- **Dimensión 1: Contenido:**

El contenido es el total de la información que contiene un texto, es decir, sus palabras y el significado de las mismas.

- **Dimensión 2: Organización:**

La organización refiere a la estructura que se utiliza en la formación de un texto, así como el tema sobre el que se refiere y la semántica que se utiliza.

- **Dimensión 3: Expresión:**

Es una destreza lingüística que refiere a la producción del lenguaje escrito y nos ayuda a dejar constancia de los hechos que deseamos relatar.

- **Dimensión 4: Gramática:**

La gramática hace parte de la lingüística, la cual facilita la comunicación, a través de un conjunto de normas y reglas que nos indican como expresarnos correctamente en un idioma.

- **Dimensión 5: Sintaxis:**

La sintaxis es parte de la gramática, la cual se encarga de estudiar el orden y relación entre las palabras.

- **Dimensión 6: Puntuación:**

Es un conjunto de signos que son empleados en la escritura para organizar el sentido, separando en grupos e indicando por elementos que guarden relación con la entonación y pronunciación.

PRUEBA ESCRITA EN INGLÉS PARA LA ELABORACIÓN DE LA PROPUESTA DIDÁCTICA MIMOREDI PARA MEJORAR LA ESCRITURA EN INGLÉS DE LOS ESTUDIANTES DE LA I.E.P. DEPORTIVO ADEU

Instrucciones: En la parte inferior encontrará una serie de preguntas, las cuales van a indicar el nivel de escritura que presentan los estudiantes de la Institución Educativa Deportivo ADEU. Del mismo modo, lea cuidadosamente cada una de las premisas y responda de manera clara y concisa; tenga en cuenta el nivel de significancia que posee cada una de ellas en base al tema a tratar.

EXAM

NAME: _____

LOOK AT THE PICTURE AND DESCRIBE THE GIRL. USE THE WORDS FROM THE BOX.



10 YEARS OLD - YOUNG - SHIRT
HAPPY - BROWN EYES - READ

SHE IS CHARLOTTE.

SHE IS _____

SHE _____

WRITE 2 PARAGRAPHS ABOUT YOU. USE THE QUESTIONS AS A GUIDE:

- 1° Paragraph: What's your name? How old are you? Where do you live? What is your favorite color? What is your favorite food?
- 2° Paragraph: What's your physical appearance?

* Don't forget to use connectors (and, so, or, because) and punctuation marks to write the paragraphs.

VALIDACIÓN DEL INSTRUMENTO

Después de revisado el instrumento, es valiosa su opinión acerca de lo siguiente:

- | Menos de | 50 | 60 | 70 | 80 | 90 | 100 |
|--|-----|-----|-----|-----|-----|-------|
| 1. ¿En qué porcentaje estima Usted que con esta prueba se logrará el objetivo propuesto? | () | () | () | () | () | (x) |
| 2. ¿En qué porcentaje considera que las preguntas están referidas a los conceptos del tema? | () | () | () | () | () | (x) |
| 3. ¿Qué porcentaje de las interrogantes planteadas son suficientes para lograr los objetivos? | () | () | () | () | () | (x) |
| 4. ¿En qué porcentaje, las preguntas de la prueba son de fácil comprensión? | () | () | () | () | () | (x) |
| 5. ¿Qué porcentaje de preguntas siguen secuencia lógica? | () | () | () | () | () | (x) |
| 6. ¿En qué porcentaje valora Usted que con esta prueba se obtendrán datos similares en otras muestras? | () | () | () | () | () | (x) |

SUGERENCIAS

4. ¿Qué preguntas considera usted deberían agregarse?

Tratar de considerar en las respuestas las cinco dimensiones que se están proponiendo para la escritura en inglés o colocar el objetivo a lograr con la o las preguntas.

5. ¿Qué preguntas estima podrían eliminarse?

Ninguna.

6. ¿Qué preguntas considera deberán reformularse o precisarse mejor?

Ninguna.

VALIDACIÓN DE LA PROPUESTA

Después de revisado el instrumento, es valiosa su opinión acerca de lo siguiente:


- | Menos de | 50 | 60 | 70 | 80 | 90 | 100 |
|--|-----|-----|-----|-----|-----|-----|
| 1. ¿En qué porcentaje estima Usted que con esta propuesta se logrará el objetivo? | () | () | () | () | () | () |
| 2. ¿En qué porcentaje considera que las teorías están referidas a los conceptos de la propuesta? | () | () | () | () | () | () |
| 3. ¿Qué porcentaje de las teorías planteadas son suficientes para lograr los objetivos? | () | () | () | () | () | () |
| 4. ¿En qué porcentaje, la definición de la propuesta es de fácil comprensión? | () | () | () | () | () | () |
| 5. ¿Qué porcentaje consideras que la propuesta sea viable? | () | () | () | () | () | () |

SUGERENCIAS

1. **¿Qué actividades o criterios de evaluación considera usted que deberían agregarse para fortalecer la propuesta?**
2. **¿Qué elementos de las sesiones o indicadores de las rúbricas estima podrían eliminarse por no ser relevantes?**
3. **¿Qué puntos específicos considera que deberán reformularse o precisarse mejor para evitar ambigüedades?**

Fecha: Noviembre del 2023

Validado por: Fernández Celis María del Pilar

Firma:  _____
D.N.I.: 17525733

PLAN DE INTERVENCIÓN: PROPUESTA DIDÁCTICA MIMOREDI

Bloque / Semanas	Fase del Objetivo Específico	Metodología MIMOREDI (Secuencia de Clase)	Instrumento de Evaluación
Bloque 1: Cimientos (Semanas 1-6)	Fomentar la autonomía y atención: Iniciación al Mindfulness y diagnóstico léxico.	1. MI: Respiración diafragmática (5 min).2. MO: Gamificación con Kahoot para diagnóstico de vocabulario.3. REDI: Uso de Diccionarios digitales y Padlet para lluvias de ideas.	Lista de cotejo (Participación y atención).
Bloque 2: Estructura (Semanas 7-12)	Fortalecer coherencia y organización: Construcción de párrafos y conectores.	1. MI: Técnica STOP antes de redactar.2. MO: Feedback positivo inmediato (Teoría de la Competencia).3. REDI: Grammarly o Quillbot para corrección gramatical asistida.	Rúbrica de Coherencia y Estructura Textual.
Bloque 3: Precisión (Semanas 13-18)	Enriquecer recursos léxico-gramaticales: Tiempos verbales y puntuación.	1. MI: Técnica STOP antes de redactar.2. MO: Feedback positivo inmediato (Teoría de la Competencia).3. REDI: Grammarly o Quillbot para corrección gramatical asistida.	Guía de observación y Portafolio digital.

<p style="text-align: center;">Bloque 4: Producción (Semanas 19-24)</p>	<p>Integración Final: Redacción de textos complejos (ensayos/cartas).</p>	<p>1. MI: Visualización creativa del éxito en la tarea.2. MO: Publicación en un Blog de la clase (Teoría del Flujo).3. REDI: Plataforma Wix o Blogger para la entrega final del proyecto.</p>	<p>Rúbrica Analítica de Escritura (Escala de valoración).</p>
--	---	---	---

Sesión 1: El punto de partida

- **Número de clase: 01**
- **Título: "Unlocking My Potential: Who Am I?"**
- **Metodología: MIMOREDI (Enfoque en Autoconocimiento y Diagnóstico).**
- **Objetivo: Redactar un párrafo de presentación personal utilizando el presente simple y vocabulario básico de intereses.**

Momento	Actividades y Tiempos
Inicio	<p>Mindfulness (10 min): Ejercicio de respiración abdominal para reducir la ansiedad ante el inglés. Motivación (10 min): Juego "True or False" sobre el docente para romper el hielo.</p>
Desarrollo	<p>Construcción (40 min): Los estudiantes usan Padlet para crear un muro de "Presentación". Deben escribir 5 oraciones sobre sí mismos. El docente modela el uso de <i>Subject + Verb + Complement</i>.</p>
Cierre	<p>Metacognición (30 min): Galería virtual: los alumnos leen las publicaciones de sus compañeros y comentan una. Se explica la importancia del orden gramatical.</p> <p>Feedforward (Mirando hacia adelante):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fortaleza: Lo que mejor lograste hoy fue... • Reto para la próxima clase: Enfócate en mejorar tu uso de... • Herramienta recomendada: Te sugiero practicar más con [recurso digital].

Sesión 2: Ampliando mi mundo

- **Número de clase: 02**
- **Título: "Colorful Words: Describing My World"**
- **Metodología: MIMOREDI (Enfoque en Vocabulario/Adjetivos).**
- **Objetivo: Utilizar adjetivos calificativos para describir objetos y lugares cercanos con precisión.**

Momento	Actividades y Tiempos
Inicio	Mindfulness (10 min): Atención focalizada en un objeto del aula (forma, color, textura). Motivación (10 min): Competencia en Quizizz sobre adjetivos opuestos (<i>Big vs Small</i>).
Desarrollo	Construcción (40 min): Uso de diccionarios digitales (Cambridge/WordReference). Los alumnos redactan una descripción de su lugar favorito en su cuaderno digital.
Cierre	Retroalimentación (30 min): Intercambio de descripciones para que el compañero adivine el lugar. El docente resalta el uso de la posición del adjetivo (antes del sustantivo). Feedforward (Mirando hacia adelante): <ul style="list-style-type: none">• Fortaleza: Lo que mejor lograste hoy fue...• Reto para la próxima clase: Enfócate en mejorar tu uso de...• Herramienta recomendada: Te sugiero practicar más con [recurso digital].

Sesión 3: El orden del día

- **Número de clase: 03**
- **Título: "Step by Step: My Daily Routine"**
- **Metodología: MIMOREDI (Enfoque en Conectores de Secuencia).**
- **Objetivo: Organizar ideas cronológicamente usando conectores (*First, Then, Finally*).**

Momento	Actividades y Tiempos
Inicio	Mindfulness (10 min): Técnica STOP antes de iniciar la tarea compleja. Motivación (10 min): Video corto de Mr. Bean; los alumnos enumeran 3 acciones que hizo.
Desarrollo	Construcción (40 min): En Google Docs, redactan su rutina diaria. Deben incluir al menos 4 conectores de secuencia resaltados en negrita.
Cierre	Revisión (30 min): Autocorrección guiada. ¿Mi texto tiene un inicio y un fin claro? Uso de la herramienta de comentarios en Docs. Feedforward (Mirando hacia adelante): <ul style="list-style-type: none">• Fortaleza: Lo que mejor lograste hoy fue...• Reto para la próxima clase: Enfócate en mejorar tu uso de...• Herramienta recomendada: Te sugiero practicar más con [recurso digital].

Sesión 4: La arquitectura del párrafo

- **Número de clase: 04**
- **Título: "The Perfect Paragraph: Idea Hunters"**
- **Metodología: MIMOREDI (Enfoque en Estructura de Párrafo).**
- **Objetivo: Identificar y redactar una *Topic Sentence* (Idea principal) y dos ideas de apoyo.**

Momento	Actividades y Tiempos
Inicio	Mindfulness (10 min): Escaneo corporal para liberar tensión en manos y hombros. Motivación (10 min): Dinámica de "La Hamburguesa": relacionar las partes de una hamburguesa con las partes de un párrafo.
Desarrollo	Construcción (40 min): Los alumnos eligen un tema (Deportes/Música) y crean un esquema en Canva. Luego, redactan el párrafo basándose en ese esquema.
Cierre	Socialización (30 min): Publicación en el foro de Google Classroom. Los pares deben subrayar la idea principal del compañero. Feedforward (Mirando hacia adelante): <ul style="list-style-type: none">• Fortaleza: Lo que mejor lograste hoy fue...• Reto para la próxima clase: Enfócate en mejorar tu uso de...• Herramienta recomendada: Te sugiero practicar más con [recurso digital].

Sesión 5: El editor autónomo

- **Número de clase: 05**
- **Título: "Be the Boss: Checking My Writing"**
- **Metodología: MIMOREDI (Enfoque en Autonomía y Gramática).**
- **Objetivo: Corregir errores de puntuación y gramática en textos propios usando herramientas digitales.**

Momento	Actividades y Tiempos
Inicio	Mindfulness (10 min): Visualización creativa: "Me veo escribiendo con fluidez y éxito". Motivación (10 min): Juego "Find the mistake" en la pizarra digital.
Desarrollo	Construcción (40 min): Los estudiantes toman sus textos de las sesiones 1-4 y los pasan por Grammarly o el corrector de Word. Deben entender por qué el sistema les marca error (Autonomía).
Cierre	<p>Reflexión (30 min): Diario de aprendizaje: "¿Cuál es el error que más cometo y cómo voy a evitarlo?". Entrega del primer mini-portafolio.</p> <p>Feedforward (Mirando hacia adelante):</p> <ul style="list-style-type: none"> • Fortaleza: Lo que mejor lograste hoy fue... • Reto para la próxima clase: Enfócate en mejorar tu uso de... • Herramienta recomendada: Te sugiero practicar más con [recurso digital].

CONSTANCIA DE APROBACIÓN DE ORIGINALIDAD DE TESIS

Yo, Gaby Silvia Guerrero Rojas; usuario revisor del documento titulado: “Propuesta didáctica MIMOREDI para mejorar la escritura en inglés de los estudiantes de la I.E.P. Deportivo ADEU, Lambayeque – 2023”

Cuya autora es, Maricielo Huaman Gavidia, Identificado con documento de identidad 72033747; declaro que la evaluación realizada por el Programa informático, ha arrojado un porcentaje de similitud de 14%, verificable en el Resumen de Reporte automatizado de similitudes que se acompaña.

La suscrita analizó dicho reporte y concluyó que cada una de las coincidencias detectadas dentro del porcentaje de similitud permitido no constituyen plagio y que el documento cumple con la integridad científica y con las normas para el uso de citas y referencias establecida en los protocolos respectivos.

Se cumple con adjuntar el Recibo Digital a efectos de la trazabilidad respectiva del proceso.

Lambayeque, 28 de mayo del 2025



DRA. Gaby Silvia Guerrero Rojas

DNI: 16523819

ASESORA

CONSTANCIA DE AUTORIZACIÓN DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN



I.E.P. DEPORTIVO ADEU

CONSTANCIA DE AUTORIZACIÓN DE TRABAJO DE INVESTIGACIÓN

El Director de la Institución Educativa “Deportivo ADEU” de la ciudad de Chiclayo, Región Lambayeque.

HACE CONSTAR

Que, Huaman Gavidia Maricielo, identificada con el DNI. 72033747, bachiller de la Escuela Profesional de Educación en la especialidad de Idiomas extranjeros, de la FACHSE-UNPRG, **HA SIDO AUTORIZADA PARA APLICAR UNA PRUEBA ESCRITA CON LA FINALIDAD DE DESARROLLAR LA INVESTIGACIÓN DENOMINADA, “PROPUESTA DIDÁCTICA MIMOREDI PARA MEJORAR LA ESCRITURA EN INGLÉS DE LOS ESTUDIANTES DE LA “I.E.P. DEPORTIVO ADEU”, en nuestra I.E. durante el año 2023.**

Se expide la presente constancia a solicitud de las interesadas para los fines que estimen conveniente.



Atentamente.

Mg. Wilmer Avellaneda Tello.
Director de la I.E.P. “Deportivo ADEU”




Recibo digital

Este recibo confirma que su trabajo ha sido recibido por **Juradio**. A continuación podrá ver la información del recibo con respecto a su entrega.

La primera página de tus entregas se muestra abajo.

Autor de la entrega: Human Gavidia, Maricelo
Título del ejercicio: Quick Submit
Título de la entrega: Propuesta didáctica MIMOREDI para mejorar la escritura en in...
Nombre del archivo: 3_INFORME_FINAL_DE_INVESTIGACION_FINAL.docx
Tamaño del archivo: 1.55M
Total páginas: 114
Total de palabras: 19,820
Total de caracteres: 112,830
Fecha de entrega: 28-may.-2025 01:02p. m. (UTC-0500)
Identificador de la entrega: 2886981091

UNIVERSIDAD NACIONAL PEDRO RUIZ GALLO
FACULTAD DE CIENCIAS HISTÓRICAS SOCIALES Y
EDUCACIÓN
ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN



TESIS

Propuesta didáctica MIMOREDI para mejorar la escritura en inglés de los
estudiantes de la U.P. (Argentina 2021), Lankapaya - 2025.

Presentada para obtener el Título Profesional de Licenciado en Educación,
especialidad de Mallas Concretas.

Investigadora: Dra. Human Gavidia, Maricelo
Asesora: Dra. Gaby Rojas, Gaby Silvia

Lankapaya - Perú
2025

Dra. Gaby Silvia Guerrero Rojas

Asesora

DNI :16523819

Propuesta didáctica MIMOREDI para mejorar la escritura en inglés de los estudiantes de la I.E.P. Deportivo ADEU, Lambayeque - 2023

INFORME DE ORIGINALIDAD



FUENTES PRIMARIAS

1	repositorio.unprg.edu.pe Fuente de Internet	3%
2	hdl.handle.net Fuente de Internet	2%
3	biblioteca.ciencialatina.org Fuente de Internet	1%
4	repositorio.ulvr.edu.ec Fuente de Internet	1%
5	alicia.concytec.gob.pe Fuente de Internet	1%
6	Submitted to Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo Trabajo del estudiante	1%
7	repositorio.ucv.edu.pe Fuente de Internet	< 1%
8	repositorio.flacsoandes.edu.ec Fuente de Internet	< 1%
9	recla.org Fuente de Internet	< 1%
10	rio.upo.es Fuente de Internet	< 1%
11	Submitted to Universidad Abierta para Adultos Trabajo del estudiante	< 1%

12	repositorio.unab.cl Fuente de Internet	< 1 %
13	dadun.unav.edu Fuente de Internet	< 1 %
14	revistas.utm.edu.ec Fuente de Internet	< 1 %
15	repositorio.unbosque.edu.co Fuente de Internet	< 1 %
16	tesis.unsm.edu.pe Fuente de Internet	< 1 %
17	Submitted to Universidad de Cádiz Trabajo del estudiante	< 1 %
18	archive.org Fuente de Internet	< 1 %
19	Submitted to Universidad Internacional de la Rioja Trabajo del estudiante	< 1 %
20	Submitted to Universidad Pedagógica Trabajo del estudiante	< 1 %
21	repositorio.ftpcl.edu.pe Fuente de Internet	< 1 %
22	www.researchgate.net Fuente de Internet	< 1 %
23	octaedro.com Fuente de Internet	< 1 %
24	Submitted to Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia, UPTC Trabajo del estudiante	< 1 %
25	digibuo.uniovi.es Fuente de Internet	< 1 %
26	www.coursehero.com Fuente de Internet	< 1 %

27	repository.unac.edu.co Fuente de Internet	< 1 %
28	tecne.com Fuente de Internet	< 1 %
29	Submitted to Universidad Internacional del Ecuador Trabajo del estudiante	< 1 %
30	maestroysociedad.uo.edu.cu Fuente de Internet	< 1 %
31	Submitted to Universidad Andina Nestor Caceres Velasquez Trabajo del estudiante	< 1 %
32	tzibalnaah.unah.edu.hn Fuente de Internet	< 1 %
33	llibrary.co Fuente de Internet	< 1 %
34	Submitted to Corporación Universitaria Minuto de Dios UNIMINUTO Trabajo del estudiante	< 1 %
35	Submitted to UNIBA Trabajo del estudiante	< 1 %
36	Submitted to Universidad Tecnica De Ambato- Direccion de Investigacion y Desarrollo, DIDE Trabajo del estudiante	< 1 %
37	Submitted to Universidad de Almeria Trabajo del estudiante	< 1 %
38	dspace.unl.edu.ec Fuente de Internet	< 1 %
39	repositorio.utc.edu.ec Fuente de Internet	< 1 %
40	Submitted to Corporación Universitaria Minuto de Dios, UNIMINUTO Trabajo del estudiante	< 1 %

41	revistas.um.es Fuente de Internet	< 1 %
42	tesisfei.unan.edu.ni Fuente de Internet	< 1 %
43	Submitted to Universidad Nacional de Colombia Trabajo del estudiante	< 1 %
44	Submitted to Universidad Francisco de Vitoria Trabajo del estudiante	< 1 %
45	Submitted to Universidad Tecnológica Centroamericana UNITEC Trabajo del estudiante	< 1 %
46	cmapspublic2.ihmc.us Fuente de Internet	< 1 %
47	Submitted to uch Trabajo del estudiante	< 1 %

Excluir citas Activo

Excluir bibliografía Activo

Excluir coincidencias < 15 