

**FACULTAD DE CIENCIAS EMPRESARIALES Y EDUCACIÓN**  
**ESCUELA PROFESIONAL DE EDUCACIÓN**

**TRABAJO DE SUFICIENCIA PROFESIONAL**

Ejercicios de gimnasia cerebral como herramienta de estimulación cognitiva para el desarrollo de la creatividad en niños de 5 años.

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE LICENCIADA  
EN EDUCACION INICIAL**

**PRESENTADO POR:**

Bach. EMILY ANIDA QUISPE QUISPE  
(ORCID: 0000-0002-8927-8468)

**ASESOR:**

Mg. MANUEL ANTONIO HERNÁNDEZ FÉLIX  
(ORCID: 0000-0002-4952-6105)

**JULIACA – PERÚ**

**2022**

## **DEDICATORIA**

A mi querida mamita Margarita, quien ha estado a mi lado durante toda mi vida. Gracias a mi padre Faustino, quien me ayudó a alcanzar la cima de mi carrera profesional con sus consejos.

## **AGRADECIMIENTO**

Estoy eternamente agradecida con Dios por brindarme la motivación y la dirección que necesitaba para llegar a este punto de mi carrera, y los docentes de la Universidad Alas Peruanas por su orientación y tolerancia durante mi formación.

## RESUMEN

El trabajo de suficiencia profesional titulada “ejercicios de gimnasia cerebral como herramienta de estimulación cognitiva para desarrollar la creatividad en niños de 5 años” en la I.E Pedro Kalbermatter de la ciudad de Juliaca. Basándonos en la experiencia de aprendizaje que se obtuvo en el nivel inicial, se pudo hallar a niños con una tendencia a distraerse fácilmente, que presentan dificultad para retener la información que se brinda y carecen de creatividad.

El objetivo de este trabajo es proporcionar estrategias que estimulen el desarrollo creativo de los niños; para ello, se desarrolló e implementó un proyecto de aprendizaje compuesto por cinco sesiones; en las que se utilizaron ejercicios de gimnasia cerebral.

Se ha demostrado que la implementación de ejercicios de gimnasia cerebral durante el tiempo de clase impulsa significativamente el desarrollo creativo de los niños, lo que convierte a dichas actividades en una herramienta valiosa para que los educadores las incluyan en sus planes pedagógicos.

**Palabras claves:** Gimnasia cerebral y creatividad.

## ÍNDICE

<b>CARÀTULA</b>	<b>i</b>
DEDICATORIA .....	ii
RESUMEN .....	iv
INTRODUCCIÓN .....	vi
CAPITULO I .....	1
ASPECTOS GENERALES DEL TEMA.....	1
1.1. Aspecto general del tema .....	1
1.1.1. Descripción de la realidad problemática .....	1
1.1.2. Antecedentes .....	2
1.1.3. Contextualización del tema.....	5
1.1.4. Descripción general del tema .....	5
1.2. Justificación del tema.....	6
1.2.1. Justificación teórica.....	6
1.2.2. Justificación práctica.....	6
1.2.3. Justificación social .....	7
CAPITULO II .....	8
FUNDAMENTACIÓN .....	8
2.1. Bases teóricas del tema .....	8
2.2. Descripción de las metodologías .....	12
2.3. Glosario.....	12
CAPITULO III .....	13
APORTES Y DESARROLLO DE EXPERIENCIAS.....	13
3.1. Aportes teóricos y prácticos para el proceso enseñanza y aprendizaje .....	13
3.2. Aportes en las soluciones de problemas del tema desde la experiencia .....	13
CONCLUSIÓN .....	22
RECOMENDACIONES .....	23
REFERENCIAS .....	24
ANEXO .....	25

## **INTRODUCCIÓN**

El objetivo del trabajo actual es sugerir estrategias para fomentar el desarrollo creativo de los niños. En las sesiones de clases, rara vez muestran entusiasmo en aplicar actividades físicas estimulantes del cerebro, diseñadas para aumentar el rendimiento cognitivo y ayudar a los estudiantes a maximizar todo su potencial. Los niños que tienen problemas para prestar atención en clase a menudo son etiquetados como hiperactivos sin tener en cuenta que esta es una etapa normal del desarrollo en la que se exceden temporalmente en sus actividades y necesitan hacer gimnasia cerebral debido a que fueron diseñados para ayudar con los desafíos de aprendizaje que incluyen la creatividad, la atención, la memoria, así como ciertos problemas de lectura y escritura.

Estructura de este trabajo; Capítulo I: aspectos generales del tema, descripción de la realidad problemática, antecedentes, contextualización del tema, descripción general del tema y justificación; Capítulo II: fundamentos teóricos del tema, descripción de la metodología y glosario; Capítulo III: aportes de desarrollo de la experiencia, aportes teóricos y prácticos para el proceso de enseñanza y aprendizaje, aportes en las soluciones de problemas desde la experiencia, conclusiones, recomendaciones, referencias y anexos.

# **CAPITULO I**

## **ASPECTOS GENERALES DEL TEMA**

### **1.1. Aspecto general del tema**

#### **1.1.1. Descripción de la realidad problemática**

Habiendo trabajado en la institución educativa Pedro Kalbermatter, Descubrimos que los niños tenían dificultades para encontrar solución a sus problemas, tanto dentro como fuera del aula, la mayoría de los niños cuando se enfrentaban a una situación desafiante, reaccionaban siempre de una sola forma y tomaban la ruta más fácil o la que su maestra le había repetido, al no poder dar otra solución, el niño se frustraba y estresaba, lo que dificultaba su capacidad para prestar atención y comprender lo que se le enseñaba.

Los niños son intrépidos, curiosos, originales y muy creativos cuando se exponen a situaciones nuevas por primera vez; sin embargo, nunca lograrán una verdadera innovación si nunca se arriesgan. En este sentido Robinson (2013) nos da a conocer que el sistema educativo tiene una obsesión con las respuestas correctas, la evaluación y las pruebas estandarizadas que permiten desarrollar un pensamiento lógico racional olvidando potenciar el desarrollo de habilidades.

Por eso, optamos por buscar herramientas que estimulen la creatividad en los niños y nos decidimos por actividades de gimnasia cerebral como la mejor opción disponible, ya que una persona creativa se puede desenvolver en los diversos escenarios de actuación, debido a que tiene la sutileza para poner en práctica destrezas y competencias en la resolución de problemas, además porque a través de la educación se puede promover el cambio transformador en los estudiantes sobre la base de su creatividad.

### **1.1.2. Antecedentes**

#### **a. Internacional.**

Romero et al. (2014), tesis “El uso de la gimnasia cognitiva como estrategia para fomentar la creatividad de los alumnos”. Este estudio es experimental que emplea un diseño cuasi-experimental para ver si los ejercicios cerebrales tienen algún efecto notable. Los datos fueron recolectados mediante la aplicación de una escala de calificación a una muestra de 22 alumnos de la UNERMB matriculados en el curso Habilidades de Pensamiento I. La creatividad de los estudiantes mejoró significativamente posteriormente de implementar una estrategia de instrucción basada en la precisión, con un 73 % mostrando altos niveles de creatividad y un 27 % mostrando niveles normales de creatividad. Concluyendo que la inventiva de los estudiantes se potencia cuando utilizan aplicaciones educativas basadas en técnicas de ejercicios de gimnasia cerebral.

Balcázar, (2012), tesis: “Importancia de la gimnasia cerebral en el desarrollo de la creatividad de los niños del primer año de la escuela primaria Juan Bautista Palacios “La Salle” de Ambato en el 2010-2011”. Este estudio se realizó para abordar la demanda de recursos educativos didácticos complementarios para maestros y padres. Durante todo el año escolar en Juan Bautista Palacios “La Salle”, se realizó este estudio para docentes y padres de familia y después del procedimiento estadístico, los resultados acumulados son los

siguientes: El estudio de trabajo fue exitoso y la hipótesis propuesta fue probada para avanzar en las investigaciones. Cada artículo e informe proporciona información valiosa que puede ser utilizada por educadores y padres. El consejo para contribuir provino de la combinación única de la revista de ejercicios de entrenamiento mental con artículos relacionados con la creatividad sobre artes culinarias y búsqueda de tesoros.

**b. Nacional.**

Huamán y Castro (2014), tesis: “Programa Juecrea en la creatividad en estudiantes del 4° grado de la I.E. N° 30073 – Chupaca Huancayo”, Esto se muestra en los resultados de la puntuación Z. Los estudiantes obtuvieron un puntaje promedio bajo (39.22) en la prueba preliminar de creatividad. Sin embargo, el grupo experimental obtuvo una puntuación de 80,14 en la prueba de seguimiento después de usar el software; esto representó una diferencia estadísticamente significativa de 40,72. Esto sugiere que los niveles de creatividad de los estudiantes mejoraron después de haber sido expuestos al programa JUECREA; Luego de evaluar los resultados del programa, podemos decir que los alumnos de 4to de la escuela #30073 de Chupaca se han beneficiado de la influencia de JUECREA en su imaginación. El plan de estudios ayuda a los estudiantes a ser más ágiles, flexibles y creativos.

Benigno y Lastra (2021), tesis: “La gimnasia cerebral en el desarrollo de la creatividad en estudiantes de E.P.I.E. N° 33012 – Huánuco, 2019”, Esta investigación se efectuó con la esperanza de cooperar a los alumnos a refinar una serie de procesos de entendimiento diferentes y fomentar e perfeccionar sus propias ideas y soluciones originales, Su metodología implica una serie de 12 sesiones, cada una de las cuales incluye hojas de planificación y ejecución de sesiones y la realización real de experimentos. De la misma manera, los investigadores utilizaron herramientas como las técnicas de dificultad mental de Torrance y las pruebas de creatividad

que fueron transformadas por los propios investigadores. El estudio fue experimental, descriptivo y dentro de un diseño pretest-postest realizado por un solo grupo de investigación. Una muestra representativa de esta población está formada por 30 estudiantes de segundo año de la Escuela Primaria IE Santa Rosa Alta-Huanuco conforman esta población. Resultado; Las pruebas de significación estadística de Student arrojaron un valor t calculado de 18,46 % y un valor t crítico de 1,6759. Desde  $\alpha = 0,05$  a 50 gl, los resultados son fiables. Así se deposita la fe en la eficacia de las técnicas de entrenamiento cerebral para fomentar la imaginación en los niños de primaria.

Condori y Colque (2019), Su objetivo principal es abordar problemas de comunicación comunes en la escuela secundaria, como la comprensión lectora de los niños, para evitar problemas futuros. El estudio empleará un diseño cuasi-experimental con 2 grupos, un grupo de control y un grupo experimental, con pre y post test para ambos grupos. Un estudio: 22 en el grupo experimental y 22 en el grupo control. Los resultados preliminares de las pruebas señalan que los alumnos en ambas escalas se encuentran en el nivel de transcurso con respecto a la comprensión lectora. Los hallazgos revelaron una mejora estadísticamente significativa, que finalmente condujo a un mejor desempeño de los estudiantes. Esta investigación demuestra que la comprensión de lectura de los estudiantes mejora significativamente cuando se utilizan sesiones de aprendizaje con gimnasia cerebral estimulantes cognitivamente para fomentar el desarrollo de la comprensión de lectura. Todos estos capítulos pueden demostrar que los ejercicios mentales son herramientas poderosas para aumentar la capacidad intelectual.

### **c. Local**

Cahui y Jove (2019), tesis: “La gimnasia cerebral como estrategia creativa para la resolución de problemas en el área de matemática en los niños de 5 años en la I.E.I. N° 327 ciudad la Humanidad Totorani”, El propósito de esta investigación fue determinar el efecto de los ejercicios mentales en la solución de problemas matemáticos. Se ha demostrado que crear un vínculo entre el cuerpo y el cerebro mejora el aprendizaje, la memoria, la manifestación, la creatividad y el rendimiento académico de un niño en el salón, lo que lo convierte en la mejor opción para el desarrollo intelectual, emocional y creativo general del niño. Paul Dennison argumenta que la gimnasia cerebral mejora las conexiones neuronales y motiva a los estudiantes a dar lo mejor de sí en clase. Su capacidad para resolver problemas matemáticos mejorará significativamente si utilizan estrategias creativas. El estudio es de naturaleza experimental y fue diseñado de manera cuasi-experimental. Se administraron pruebas pretest y posttest a una muestra de 30 niños (A y B) segmentado en grupos experimentales y de control, respectivamente, para establecer la significación estadística visto entre los dos grupos (A y B). Los resultados de un estudio estadísticamente riguroso indican que los ejercicios mentales ayudan a los estudiantes a resolver problemas de matemáticas en clase.

#### **1.1.3. Contextualización del tema**

Está situado en el departamento de Puno, específicamente la ciudad de Juliaca. Ubicada en 539 Av. Circunvalación, la escuela cuenta con 16 salones (2 para jardín de infantes, 7 para primaria y 7 de secundaria), así como 22 maestros.

#### **1.1.4. Descripción general del tema**

Achaerandio, (2010) determina el Gimnasia Cerebral, desarrollado por Paul Dennison y Gail es un conjunto de ejercicios cerebrales que tienen como objetivo desarrollar y fortalecer las habilidades mentales a través de

la creación de conexiones entre el cerebro y el cuerpo a través de la circulación, logramos la armonía entre nuestro yo emocional, físico y mental, teniendo un efecto profundo en quienes los practican.

Los ejercicios de gimnasia cerebral ayudan con el aprendizaje, una mejor expresión de ideas y, sobre todo, una mayor creatividad.

Tomando en cuenta el potencial creativo de los seres humanos y se reconozca como un principio central de su vida cotidiana. Por eso es importante incluir ejercicios en las sesiones para sacar todo el potencial de los niños.

Los maestros pueden ayudar a sus alumnos a aprender más y desarrollar mejores habilidades cognitivas mediante el uso de ejercicios de entrenamiento cerebral en el aula. (Achaerandio, 2010). Los ejercicios que se plantean no solo son sencillos de implementar, sino también muy entretenidos, y el tiempo ayuda a ejercitar el cerebro y potenciar el potencial intelectual y creativo en la clase.

## **1.2. Justificación del tema**

### **1.2.1. Justificación teórica**

El trabajo de suficiencia profesional se justifica porque aportará al desarrollo de herramientas cognitivas novedosas, como la gimnasia cerebral, que contribuyen significativamente a la expansión del potencial creativo; estos ejercicios son un ejemplo del tipo de herramienta metodológica que debe incorporarse en los planes pedagógicos.

### **1.2.2. Justificación práctica**

La gimnasia cerebral como herramienta cognitiva para el desarrollo de la creatividad busca que los niños realicen los ejercicios de gimnasia cerebral para el desarrollo creativo conociendo que el objetivo de la educación inicial es mejorar la creatividad en un ambiente enriquecido de experiencias. Los docentes realizarán los ejercicios para estimular la creatividad que se debe incluir en las sesiones de aprendizaje.

### **1.2.3. Justificación social**

El trabajo actual nos permitirá contribuir proporcionando a los niños de nuestra escuela ejercicios de gimnasia cerebral, lo cual es de importancia social, debido a que sus sugerencias permitirán que tanto los padres como los directivos de los diferentes I.E. de la Región Puno tomen buenas iniciativas.

## **CAPITULO II**

### **FUNDAMENTACIÓN**

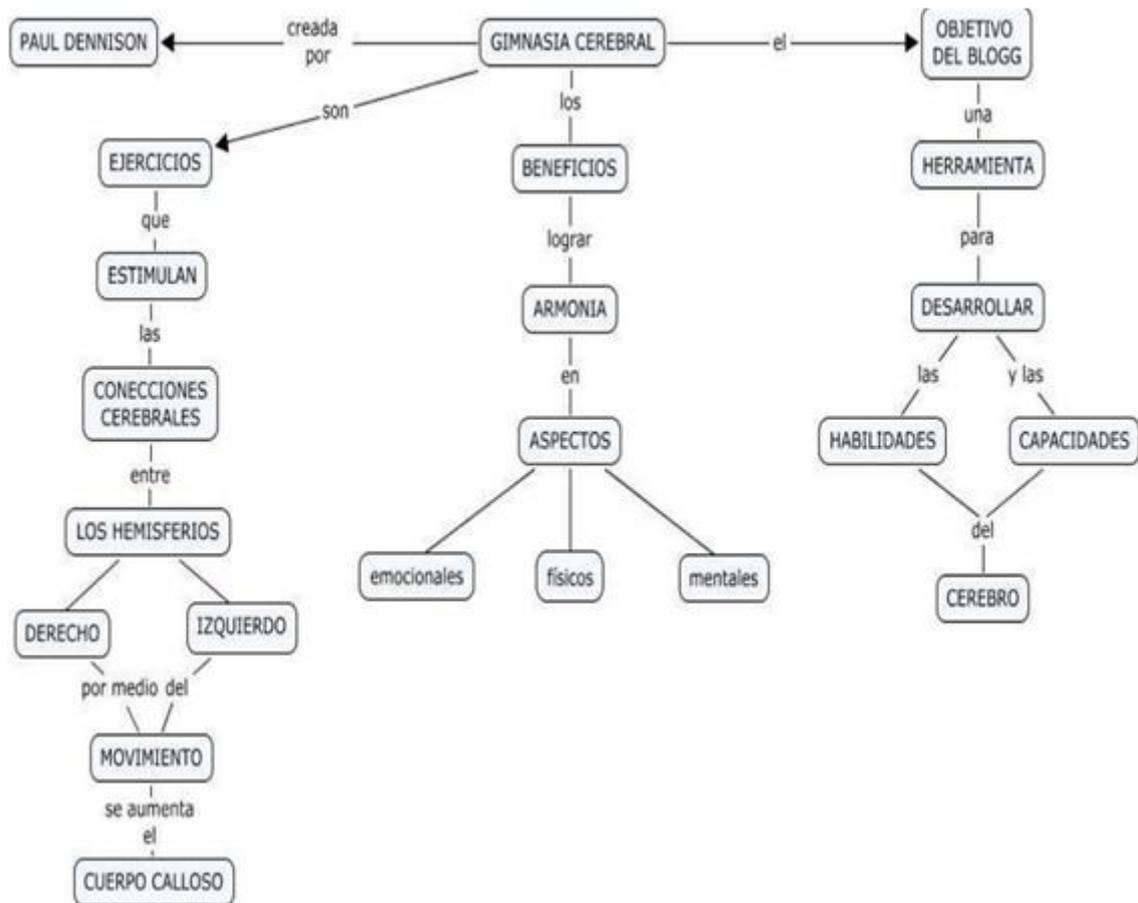
#### **2.1. Bases teóricas del tema**

##### **1. Fundamentación del origen de la gimnasia cerebral.**

(Dennison, 1997), Descubrió cómo las células nerviosas se comunican entre sí después de varios encuentros con pacientes que presentaban dificultades de comportamiento, comunicación o aprendizaje. Usó esto en sus estudios de kinesiología. (investigación científica sobre cómo se contraen y relajan los músculos), desarrollo cognitivo infantil, psicología, neurociencia y campos relacionados para identificar métodos para estimular y fortalecer el cerebro. De ahí surgió la cinemática educativa, a menudo conocido como "gimnasia cerebral", que promueve el desarrollo igualitario de los lados izquierdo y derecho del cerebro.

Nuestro cerebro coordina las funciones sensoriales y motoras del cuerpo, como se ve gráficamente.

Gráfico 1 Origen de la gimnasia cerebral



Fuente: 1 Paul Dennison

## 2. Definiciones de la gimnasia cerebral.

### 2.1 La gimnasia cerebral.

(Achaerandio, 2010), La siguiente es una descripción: Iniciada por Paul Dennison y Gail, "gimnasia cerebral" es un conjunto de ejercicios dirigidos a mejorar la salud física, mental y emocional al facilitar la conexión entre el cerebro y el cuerpo a través de la actividad física. El objetivo es promover el crecimiento y desarrollo del cerebro mientras se fomenta la armonía en todas las manifestaciones físicas. Consiguen resultados muy efectivos y tienen un efecto significativo en quienes los utilizan.

Se ha demostrado que el uso de los ejercicios de gimnasia cerebral en el aula mejora la capacidad de los escolares para memorizar y retener información, al mismo tiempo que fomenta el desarrollo de enfoques novedosos para la educación.

Los estudiantes mejoran su habilidad al usar ambos hemisferios del cerebro cuando se involucran en ejercicios de gimnasia cerebral. Muchos profesionales utilizan el término "cuerpo, mente a través del ejercicio" para describir sus beneficios. Lo único que limita a cualquier persona de cualquier edad para recibir este tratamiento es la fuerza de su propia voluntad. No olvides que nuestro cuerpo puede volverse lento en cuestión de minutos, impidiendo que funcione correctamente si no lo estimulamos.

## **2.2 Importancia de la gimnasia cerebral.**

Becerra (2012) La gimnasia cerebral ayuda a mantener el cuerpo bajo control y reduce el estrés. Los ejercicios cerebrales ayudan a mantener una comunicación entre el cuerpo y el cerebro, permitiendo que la energía almacenada en el cuerpo fluya más libremente.

(Bueno Becerra, 2012) Como una alternativa preventiva, la gimnasia cerebral puede ayudar a los niños a evitar discapacidades motoras y de aprendizaje es posible tener o adquirir mientras se está en la escuela, afecta el desarrollo del lenguaje, la lectura y el pensamiento crítico, lo que lo convierte en una excelente manera para que los niños mejoren su conocimiento y retención en el aula. Restaura los reflejos musculares y cerebrales, mantiene el movimiento, facilita el aprendizaje de los alumnos y previene las dificultades de aprendizaje y el estrés a lo largo de la jornada escolar.

### **3. La creatividad.**

Dado que la creatividad es un término interdisciplinario, es difícil de definir ya que no existe un acuerdo universal sobre lo que significa.

(Guichot Reina, 1997) El pensamiento creativo se define como la capacidad de encontrar soluciones novedosas y útiles a los problemas. Ha habido cambios significativos en el énfasis, sin embargo, esta sigue siendo una opinión generalizada.

(Marín Ibáñez, 1975) Desde mi perspectiva, el objetivo principal de cualquier educación debería ser fomentar el pensamiento y la expresión creativa. El objetivo de la integración social efectiva es preparar a un individuo para los desafíos del futuro inmediato y lejano, ayudándolo a convertirse en un miembro contribuyente de la sociedad el mañana nunca se sabe con certeza. En un mundo dinámico, no es suficiente aceptar fórmulas y patrones probados y verdaderos; también debemos estar preparados para abordar problemas sin precedentes, inculcar un fuerte sentido del valor y adaptarnos rápidamente a lo inesperado. Para dar forma a nuestro futuro educativo, debemos invertir en educación. Dado que el comportamiento se menciona explícitamente como una medida de originalidad, Los autores continúan una importante tradición científica al centrarse en la identificación y caracterización de la personalidad y los rasgos de comportamiento que pueden utilizarse como predictores de la producción creativa. La capacidad de pensar creativamente es esencial para una educación integral y es la clave para abordar algunos de los mayores problemas de la sociedad. Por eso, te proponemos usar la imaginación como eje rector en la agenda educativa. La creatividad integra y entreteje modelos de aprendizaje multidisciplinarios desde lo social y psicológico hasta lo pedagógico y físico, fomentando el crecimiento el desarrollo de más habilidades analíticas. Construir y adquirir conocimientos, particularmente qué tan bien podemos usar nuestra creatividad para superar los obstáculos, aprovechar las oportunidades y navegar situaciones tensas en las que nos encontramos,

permitirá que la próxima generación educada a través de los aportes de este modelo se desarrolle integral y plenamente equilibrada (Marín, 1975).

La capacidad de ser creativo es tan antigua como la humanidad misma; es intrínseco al ser humano. Sin embargo, el concepto de creatividad ha sido poco estudiado durante mucho tiempo. Recientemente, sin embargo, ha surgido un cuerpo de teoría específicamente para abordar este tema, y los estudios y contribuciones relacionados al concepto. (Sánchez, 2017).

## 2.2. Descripción de las metodologías

### ETAPA 1

- Los problemas que enfrentan los niños son identificados.

### ETAPA 2

- Se desarrolla un proyecto de aprendizaje.

### ETAPA 3

- Se aplica los ejercicios de gimnasia cerebral en las sesiones de aprendizaje.

## 2.3. Glosario

**Gimnasia cerebral** "Gimnasia Cerebral" se refiere a una serie de ejercicios físicos y circulación corporales diseñados por Paul Dennison en 1964, con la finalidad de mejorar el aprendizaje mediante el uso de estrategias que involucren ambos hemisferios del cerebro.

**Creatividad:** La creatividad es la capacidad de generar formas novedosas y reorganizar circunstancias predecibles. Parnes (1962): "la suficiencia de conectar conceptos aparentemente no relacionados, lo que da como resultado nuevos marcos, experiencias o productos".

## **CAPITULO III**

### **APORTES Y DESARROLLO DE EXPERIENCIAS**

#### **3.1. Aportes teóricos y prácticos para el proceso enseñanza y aprendizaje**

Este trabajo de suficiencia profesional las cuales busca ayudar a los niños a mejorar sus capacidades creativas a través de la gimnasia cerebral. El cerebro puede ejercitarse a través del movimiento físico con ejercicios de gimnasia cerebral; deben incluirse en todas nuestras sesiones de clases.

Elaboramos un proyecto de aprendizaje con actividades implementables, según el profesor lo estime oportuno. La ejecución del proyecto de aprendizaje consta de 5 sesiones incluyendo los ejercicios de gimnasia cerebral, tendrán una duración de una semana, cada actividad está compuesta por objetivos, procedimientos y evaluación para evidenciar el cumplimiento de los logros.

#### **3.2. Aportes en las soluciones de problemas del tema desde la experiencia**

Se elaboro un proyecto donde cada sesión tiene un ejercicio de gimnasia cerebral. Cada ejercicio explica la rutina y el objetivo.

Se realizaron los ejercicios cada día al inicio de la sesión y se observó que los estudiantes se sentían motivados para ser partícipes de la sesión preparada. A continuación, se detalla la utilización de procedimientos y estrategias:

## PROYECTO DE APRENDIZAJE

<b>NOMBRE</b>	"ME DIVIERTO REALIZANDO EJERCICIOS QUE ACTIVAN MI CREATIVIDAD"	<b>AÑO</b>
		<b>2022</b>

### 1. DATOS INFORMATIVOS:

- **UGEL** : SAN ROMAN
- **I.E.I.** : PEDRO KALBERMATTER
- **SECCIÓN** : "A" **EDAD:** 5 años
- **DIRECTOR** : DIEGO ARMANDO PINTO APAZA
- **DOCENTE** : EMILY ANIDA QUISPE QUISPE

### 2. SITUACIÓN DE CONTEXTO:

Usando gimnasia cerebral, los niños exploran y se vuelven creativos con su mundo. Estas actividades animan a los niños a resolver problemas y utilizar procesos creativos a través de ejercicios. Uno de los resultados de estimular los sentidos es el crecimiento de las capacidades creativas. Los niños se benefician de las experiencias porque aprenden a usar sus cuerpos y almacenan valiosas experiencias de aprendizaje en sus cerebros, y obtienen información sobre sus propias experiencias mediante el uso de una variedad de lenguajes artísticos.

Los niños deben tener una variedad de actividades apropiadas para su edad e intereses para elegir todos los días. A algunos niños les gusta la sensación del plástico, otros usan sus dedos para pintar o llenar botellas de agua. Los adultos pueden ayudar a los niños a aprender brindándoles experiencias sensoriales y respondiendo preguntas. Esto les da a los niños una comprensión más profunda de la actividad y más opciones para considerar mientras exploran.

**3. DURACIÓN:** Del 17 al 21 de junio del 2021.

**4. GRUPO DE ESTUDIANTES:** Niños (a) de 5 años.

### 5. PRODUCTOS:

- Aprenden sobre el mundo que les rodea participando en la exploración sensorial.

- Hacen ejercicios de gimnasia cerebral.
- Presentan sus trabajos.

## 6. DESARROLLO DEL PROYECTO:

### 6.1. PLANIFICACIÓN

#### 6.1.1. PRE PLANIFICACIÓN DEL PROYECTO:

¿Cómo la haré?	¿Para qué lo haré?	¿Qué necesitare?
<ul style="list-style-type: none"> <li>- Experimentando</li> <li>- Mirando</li> <li>- Manipulando</li> <li>- Jugando</li> <li>- Observando</li> <li>- Probando</li> <li>- Elaborando material</li> <li>- Otros.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Para desarrollar la creatividad realizando ejercicios de gimnasia cerebral.</li> <li>- Para descubrir características de los objetos</li> <li>- Para divertirnos</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Cuerpo</li> <li>- Objetos del entorno</li> <li>- Ingredientes</li> <li>- Materiales</li> </ul>

#### 6.1.2. PROPÓSITOS DEL PROYECTO DE APRENDIZAJE:

Área	Competencias	Capacidades	Desempeños	Evidencias
<b>M</b>	<b>Resuelve problemas de cantidad</b>	Utilizar estrategias de estimación y cálculo.	Define claramente las conexiones entre formas y geometrías familiares.	Crea figuras de forma creativa.
<b>PM</b>	<b>Se desenvuelve autónomamente a través de su motricidad</b>	Comprende cuerpo. Lenguaje corporal	Realiza acciones y juegos de forma independiente mediante la combinación de habilidades motoras fundamentales como correr, saltar, trepar, montar, deslizarse, girar y girar; a través de estas	- Realiza actividades motrices para dinamizar su cuerpo.

			acciones, él o ella demuestra dominio y más control sobre un aspecto de su personalidad.	
<b>CyT</b>	<b>Indaga mediante métodos científicos en su búsqueda del conocimiento.</b>	Analiza datos. Evalúa y comunica los resultados de su investigación.	Observar, experimentar y utilizar otras fuentes (libros, artículos periodísticos, películas, imágenes y entrevistas) uno puede aprender sobre muchos objetos naturales, seres vivos, eventos y fenómenos y establecer conexiones entre ellos. Especificar sus rasgos, requisitos, funciones, relaciones y cambios en la apariencia física. Seguimiento de datos en varios formatos (con fotos, dibujos o modelos)	Describir las características de los animales.
<b>C</b>	<b>Diseña proyectos utilizando los lenguajes artísticos.</b>	Aplica procesos creativos	Representa experiencias personales a través del arte (dibujo, pintura, danza, teatro, música, títeres, etc.).	- Realiza gotitas creativas.

P. S	<b>Convive y participa democráticamente en la búsqueda del bien común.</b>	Construye normas y asume acuerdos.	Participa en debates en el aula, juega con otros niños y participa en proyectos de grupos pequeños. Introduce las reglas del juego. El grupo acuerda el juego y las reglas.	Cada niño presenta sus preferencias.
------	--	------------------------------------	---	--------------------------------------

VALOR	ACTITUD	COMPORTAMIENTO
<b>Conciencia de derechos</b>	- La actitud mental de ser consciente, reconocer y respetar los derechos propios y ajenos.	- Muestra entusiasmo por sus actividades.

### 6.1.3. ACTIVIDADES PREVISTAS:

LUNES 13	MARTES 14	MIÉRCOLES 15	JUEVES 16	VIERNES 17
Reconozco figuras geométricas	¡Realizamos malabares!	Describimos a los animalitos.	Creamos historias.	¡Conociendo cualidades de mis compañeros!
<b>Ejercicios de Gimnasia cerebral</b>				
El sombrero del pensamiento	Gateo cruzado	Pinocho	Botones de espacio	Botones de cerebro

### 7. DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES DE APRENDIZAJE:

## SESIÓN N° 1

1. **TITULO:** Reconozco figuras geométricas.
2. **EJERCICIO DE GIMNASIA CEREBRAL:** Sombrero del pensamiento
3. **PREPARACIÓN PARA LA SESION:**

¿Qué hacer antes de la sesión?	¿Qué materiales necesitaremos?	¿Cuánto tiempo requerimos?
Ejercicios de gimnasia cerebral	Cartón. Figuras geométricas	30 min.

### DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

**OBJETIVO:**

Colocar las piezas en el lugar que pertenecen.

**MATERIALES/RECURSOS:** Tablero, figuras geométricas de colores.

**PROCEDIMIENTO:**

Darle a cada niño un tablero de cartón bien diseñada con formas geométricas incoloras como círculos, cuadrados, triángulos y rectángulos en la parte superior es una excelente manera de fomentar la creatividad y el pensamiento crítico y al lado izquierdo tiene una variedad de colores como amarillo, azul, rojo y verde. Además, se le dará una variedad de fichas, cada una de las cuales presenta figuras de un solo color, y se le indicará que las coloque en las ranuras correspondientes.

**Se realiza el ejercicio del sombrero del pensamiento** Antes y después de la actividad anterior, estira suavemente los músculos occipitales y auriculares con los dedos índice y medio.

## SESIÓN N° 2

1. **TITULO:** Realizamos malabares.
2. **EJERCICIO DE GIMNASIA CEREBRAL:** Gateo cruzado
3. **PREPARACIÓN PARA LA SESION:**

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos o materiales necesitaremos?	¿Cuánto tiempo necesitaremos?
Ejercicios de gimnasia cerebral	Pelotas de trapo	30 min.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD
<p><b>MATERIALES/RECURSOS:</b> Pelotas pequeñas.</p> <p><b>PROCEDIMIENTO:</b></p> <p><b>El gateo cruzado</b> Tomarse su tiempo, mientras está parado firmemente, tocando su codo derecho con la rodilla izquierda es una acción necesaria. Varias veces, el jugador debe volver a la posición inicial lanzando una pelota al aire con la mano derecha.</p> <p>Repita con el pie izquierdo en la pierna derecha. Volviendo a mi posición inicial, tiro con la mano derecha. A continuación, repite el ejercicio de gateo con malabares, pero esta vez alternando el lanzamiento de dos balones. Usa más bolas si puedes. Música relajante.</p>

### SESIÓN N° 3

- 1. TITULO:** Reconocemos las características de los animalitos.
- 2. EJERCICIO DE GIMNASIA CEREBRAL:** El pinocho
- 3. PREPARACIÓN PARA LA SESION:**

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos o materiales necesitaremos?	¿Cuánto tiempo necesitaremos?
Ejercicios de gimnasia cerebral	Cartulina Maíz	30 min.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD
<b>MATERIALES RECURSOS:</b> Cartulinas, impresiones, maíz.

**PROCEDIMIENTO:**

Cada niño recibirá una tarjeta de bingo antes de realizar el ejercicio el pinocho y algunos maíces antes de comenzar el entrenamiento.

El ejercicio consiste en tomar aire por la nariz, parpadear rápidamente diez veces y luego liberar todo ese aire sin frotar la nariz.

Se tomará una selección aleatoria de imágenes dentro de una bolsa mientras se lleva a cabo este proceso. Por ejemplo, si un niño escucha "conejo", por ejemplo, debe colocar un grano de maíz donde está representado el animal, Gana el primer jugador que llene el tablero con granos de maíz.

Si vas a nombrar tres animales y hacer que hagan el ejercicio del pinocho una y otra vez, debes recordar que el aire entra por ambas fosas nasales.

**SESIÓN N° 4**

1. **TITULO:** Creamos cuentos
2. **EJERCICIO DE GIMNASIA CEREBRAL:** Botones de espacio
3. **PREPARACIÓN PARA LA SESION:**

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos o materiales necesitaremos?	¿Cuánto tiempo necesitaremos?
Ejercicios de gimnasia cerebral	Títeres	30 min.

**DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD**

**MATERIALES/RECURSOS:** Cuento creado.

**PROCEDIMIENTO:**

Cuente una historia mientras los niños se colocan dos dedos en el labio superior con la mano derecha y descansan la mano izquierda sobre la espalda cerca del coxis. Haga esto durante 30 segundos. Es importante respirar lenta y profundamente cuando se está bajo presión. Después de eso, cambiaremos los roles y lo haremos de nuevo. Dale a la historia otra narración.

## SESIÓN N° 5

1. **TITULO:** Conociendo las cualidades de cada compañero

4. **EJERCICIO DE GIMNASIA CEREBRAL:** Botones de cerebro

5. **PREPARACIÓN PARA LA SESION:**

¿Qué necesitamos hacer antes de la sesión?	¿Qué recursos o materiales necesitaremos?	¿Cuánto tiempo necesitaremos?
Ejercicios de gimnasia cerebral	Globos Agua Vasos Parlante USB	30 min.

### DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

**MATERIALES/RECURSOS:** Globos, agua, vasos, parlante, USB.

**PROCEDIMIENTO:**

Los niños deben formar un círculo, y luego cada uno obtendrá un globo inflado que tendrán que pasar mientras gritan el nombre de su persona. Cuando todos hayan llegado, volverán a recorrer la habitación, esta vez gritando el nombre de un compañero de equipo. También se asegurarán de que sus hijos tengan suficiente agua ya que es una fuente de energía y porque el cuerpo usa la sangre como un sistema de transporte para proporcionar oxígeno a cada célula. El ejercicio de botones del cerebro, que debe realizarse todos los días como actividad inicial, consiste en presionar el lóbulo de la oreja izquierda con los dedos índice y medio de la mano derecha, con la lengua apoyada en el paladar.

## **CONCLUSIÓN**

1. Los ejercicios de gimnasia cerebral pueden ayudar a los niños con hiperactividad, con problemas de retención, de memoria, también a los que se distraen fácilmente, dificultades viso-motoras, además es efectiva cuando los niños entran en una circunstancia de estrés o se encuentran ansiosos.
2. Se busco los ejercicios relacionados a los temas que se encuentran en la sesión de aprendizaje y se aplicó la gimnasia cerebral como herramienta de estimulación cognitiva para el desarrollo de la creatividad.
3. Para incentivar a los estudiantes y evitar que las clases se vuelvan monótonas, los maestros deben buscar estrategias efectivas que estimulen el cerebro e incorporarlas en cada sesión de aprendizaje.

## **RECOMENDACIONES**

1. Recomendamos que los maestros de todas las escuelas, tanto públicas como privadas, incorporen ejercicios de gimnasia cerebral en sus programaciones curriculares, ya que al aplicarlo tiene efectos positivos en la capacidad de los niños para pensar creativamente en todas las áreas temáticas.
2. Elaborar y ejecutar actividades que impulsen la creatividad basada en estrategias innovadoras como actividades lúdicas de gimnasia cerebral, porque ayudan a los niños a responder de manera más efectiva a una variedad de tareas en el aula.
3. Los docentes de educación inicial deberían continuamente buscar herramientas didácticas efectivas que estimulen la creatividad de los niños.

## REFERENCIAS

- Benigno Justiniano, K. S., y Lastra Laguna, E. I. (2021). *La gimnasia cerebral en el desarrollo de la creatividad de los estudiantes de la I.E. N°33012–Huánuco, 2019.*
- Cahui Quispe, V., y Jove Quispe, E. M. (2019). *Uso de la gimnasia mental como estrategia creativa para ayudar a los estudiantes de quinto grado del IEI N° 327 de Totorani, Colombia, a resolver problemas matemáticos.*
- Condori Mamani, L. E., y Colque Quispe, S. E. (2019). *Gimnasia Cerebral como estimulante cognitivo para estudiantes de tercer grado en Nuestra Señora de la Asunta Cerro Colorado, Arequipa-2018.*
- Huamán Lazo, F. Y., y Castro Cueto, R. V. (2014). *Programa Juecrea En La Creatividad En Estudiantes De Cuarto Grado De La Institución Educativa 30073 - Chupaca.* 124.
- López Balcázar, A. A. (2012). *“Importancia de los ejercicios de gimnasia cerebral en el desarrollo de la creatividad de los estudiantes de primer año de primaria del colegio Juan Bautista Palacios “La Salle” de Ambato, 2010-2011”*
- Romero, R., Cueva, H., y Barboza, L. (2014). 7 Octubre. *Omnia Año, 20(3), 1315-8856.*

## ANEXO 1

Realizando el ejercicio de gimnasia cerebral.  
El sombrero del pensamiento.



Realizando el ejercicio de gimnasia cerebral, los botones de espacio.



Realizando el ejercicio de gimnasia cerebral. El gateo cruzado.



Realizando el ejercicio de gimnasia cerebral. Pinocho



Realizando el ejercicio de gimnasia cerebral. El doble garabateo



Realizando los ejercicios de gimnasia cerebral.



Realizando los ejercicios de gimnasia cerebral.



Realizando los ejercicios de gimnasia cerebral.

