



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI**

**EXTENSIÓN PUJILÍ**

**CARRERA DE EDUCACION INICIAL**

**PROYECTO DE INVESTIGACIÓN:**

**“EL YOGA INFANTIL COMO HERREMIENTA PARA LA  
PSICOMOTRICIDAD EN EDUCACIÓN INFANTIL EN LA  
PARROQUIA DE PILALÓ”**

Proyecto de investigación presentado previo a la obtención del título de

Licenciada en ciencias de la Educación Inicial.

**Autoras:**

Monge Hurtado Stefany Yolanda

Velásquez Díaz Jeniffer Odalis

**Tutor:**

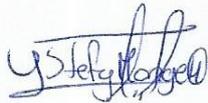
Ms.C. Johana Anabel Garzón González

Pujilí – Ecuador  
Agosto 2023

## DECLARACIÓN DE AUTORIA

Nosotras Monge Hurtado Stefany Yolanda y Velásquez Díaz Jeniffer Odalis declaramos ser autoras de la presente propuesta de investigación: "EL YOGA INFANTIL COMO HERRAMIENTA PARA LA PSICOMOTRICIDAD EN EDUCACION INFANTIL EN LA PARROQUIA DE PILALÓ", siendo Ms.C.: Johana Anabel Garzón Gonzáles., tutor del presente trabajo; y eximo expresamente a la Universidad Técnica de Cotopaxi y a sus representantes legales de posibles reclamos o acciones legales.

Además, certifico que las ideas, conceptos, procedimientos y resultados vertidos en el presente trabajo investigativo, son de nuestra exclusiva responsabilidad.



Monge Hurtado Stefany Yolanda

Velásquez Díaz Jeniffer Odalis

C.I.0550101877

C.I. 0503373128

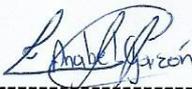
## AVAL DEL DIRECTOR DE TESIS

AVAL DEL TUTOR DE PROYECTO DE INVESTIGACIÓN En calidad de Tutor del Trabajo de Investigación sobre el título:

**“EL YOGA INFANTIL COMO HERRAMIENTA PARA LA PSICOMOTRICIDAD EN EDUCACIÓN INFANTIL EN LA PARROQUIA DE PILALÓ,** de; Monge Hurtado Stefany Yolanda y Velásquez Díaz Jeniffer Odalis, de la carrera de Educación Inicial, considero que dicho Informe Investigativo cumple con los requerimientos metodológicos y aportes científico-técnicos suficientes para ser sometidos a la evaluación del Tribunal de Validación de Proyecto que el Honorable Consejo Académico de la extensión Pujilí de la Universidad Técnica de Cotopaxi designe, para su correspondiente estudio y calificación.

Pujilí, julio, 2023

Tutora:

Firma: -----

MS.c.: Johana Anabel Garzón González

Número de Cédula: 1718827304

## APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE TITULACIÓN

En calidad de Tribunal de Lectores, aprueban el presente Informe de Investigación de acuerdo a las disposiciones reglamentarias emitidas por la Universidad Técnica de Cotopaxi, y por la Extensión Pujilí; por cuanto, el o los postulantes: Monge Hurtado Stefany Yolanda y Velásquez Diaz Jeniffer Odalis, con el título de Proyecto de Investigación: El Yoga infantil como herramienta para la Psicomotricidad en la educación inicial en la parroquia de Pilaló han considerado las recomendaciones emitidas oportunamente y reúne los méritos suficientes para ser sometido al acto de Sustentación Final del Proyecto.

Por lo antes expuesto, se autoriza realizar los empastados correspondientes, según la normativa institucional.

Pujilí, 14 de agosto de 2023.

Para constancia Firman:



**Lector 1 (Presidente)**  
Lic. Ms.C Paola Defaz  
CC: 0502632219



**Lector 2**  
Lic. Ms. C Silvia Tobar  
CC: 0501803670



**Lector 3**  
PhD. Melquiades Mendoza  
CC: 1756415491

## **AGRADECIMIENTO**

Agradecemos a la Universidad Técnica de Cotopaxi quien nos recibió en la carrera de Educación Inicial para formarnos como profesionales humanistas y al servicio de la comunidad, gracias a las enseñanzas de los docentes quienes nos impartieron su conocimiento y nos brindaron las mejores experiencias de nuestra Alma Mater.

De forma especial también, al Centro de Desarrollo Infantil “Mi Pequeño Mundo”, a su directora Karina Salazar y la docente Maritza Guamán, de la misma manera a la Unidad Educativa “Ramón Barba Naranjo”, su director y a la docente Mayra Molina por sus conocimientos y momentos impartidos con los niños durante el proceso de prácticas.

A nuestra tutora de Tesis Ms.C Anabel Garzón por siempre estar al tanto de nosotras y por el gran empeño y corazón que le pone a todo lo que realiza, gracias por su directriz y consejos brindados durante este periodo que nos ha encaminado a mejorar.

Stefany Yolanda Monge Hurtado

Jeniffer Odalis Velásquez Diaz

## **DEDICATORIA**

Este proyecto de tesis es dedicada al Niñito de Isinche quien me guío por el camino del bien y por cada decisión sabía, a mi amada familia, en especial a mi madre que desde el inicio me apoyo y me dejó decidir por la carrera de mis sueños al igual que siempre escuchaba mis anécdotas con los niños, a mi padre por su apoyo y amor incondicional, a mi hermano por su anhelo de verme egresada y ejerciendo mi profesión, a mi novio por su compañía en cada fase compartida juntos, su apoyo y su amor, a mi angelito (mi hijo) que desde cielo me dio la fortaleza para seguir adelante quien fue mi motivo para cumplir este sueño, a mis amigas Jeni y Vale que me han apoyado en cada semestre quienes me demostraron que su amistad es sincera y especial como ellas, en fin se la dedico a las personas más importantes de mi vida, porque soy lo que soy por ellos, por sus consejos, por cada momento bueno y malo que han estado a mi lado, así que este es mi reflejo de sus sueños y cariño para ustedes.

Stefany Yolanda Monge Hurtado

## **DEDICATORIA**

Dedico este proyecto de tesis a todas aquellas personas que han sido parte integral a lo largo de mi camino personal y académico, a mi madre, por su amor incondicional, por su sacrificio y por creer en mi desde el primer día, a mi hermano que siempre estuvo apoyándome emocionalmente y por su apoyo constante que ha sido clave para mi éxito, a mi mejor amigo Andy que siempre tuvo las palabras exactas para animarme, a mi compañeras, amigas y cómplices de aventuras Stefy y Vale por cada risa y consejo, a mi compañero y camarada Cristian por sus consejos y enseñanzas como guía para mi formación. Les agradezco a ustedes con toda mi alma el haber llegado a mi vida y por siempre confiar en mi capacidad e inteligencia en cada reto que se me ha presentado. Que mayor satisfacción saber que he llegado a este punto a pesar de sentir que ya no podía más. Son sin duda mi mayor fortaleza. Gracias por ser la piedra angular de este éxito que hemos alcanzado, que no solo es mío, ¡ES NUESTRO! Los amo con mi corazón.

Jeniffer Odalis Velásquez Diaz

# UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI

## EXTENSIÓN PUJILÍ

### CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL

**TEMA:** EL YOGA INFANTIL COMO HERRAMIENTA PARA LA PSICOMOTRICIDAD EN EDUCACIÓN INFANTIL EN LA PARROQUIA DE PILALÓ

**Autoras:** Monge Hurtado Stefany Yolanda,  
Velásquez Diaz Jeniffer Odalis

**Tutor:** Ms.C Johana Anabel Garzón González

### RESUMEN

El proyecto de investigación con referencia al yoga infantil como herramienta para la psicomotricidad en la educación infantil en la parroquia de Pilaló, se realizó con los niños de preparatoria de las instituciones educativas de dicha localidad, este plan tiene como objetivo identificar la importancia del yoga infantil a través de la indagación exploratoria para facilitar el desarrollo psicomotor de los infantes, de modo que, se realizó una entrevista a los docentes para corroborar que conocimientos tienen sobre dicho tema. La metodología utilizada para este trabajo fue de tipo bibliográfico- documental donde se analiza fundamentos teóricos y conceptuales referente al yoga y a la psicomotricidad, por consiguiente, se encuentra la investigación de campo, esta se utilizó para saber si los docentes conocen de que se trata la práctica del yoga. Las técnicas e instrumentos que se utilizaron tuvieron como objetivo determinar datos más exactos de los docentes y estudiantes de cada establecimiento educativo, para los infantes se realizó una ficha de observación con la finalidad de determinar su nivel de desarrollo psicomotriz, misma que se realizó mediante diversas actividades adecuadas a su edad y capacidad, los principales resultados que se obtuvieron con respecto a estos puntos ya mencionados fueron, tener una mejor interpretación de lo que se necesitara implementar en la parroquia de Pilaló para que así los niños y niñas tengan un mejor desarrollo durante su infancia. En consecuencia, el yoga es una herramienta eficaz que tiene como aporte mejorar la psicomotricidad en la educación infantil. En conclusión, esta ayuda a los niños a desarrollar habilidades físicas, emocionales y sociales. Considerando que el impacto que comparte es la combinación del movimiento del cuerpo con técnicas de respiración y meditación para mejorar el equilibrio, la coordinación y la concentración en los niños.

**Palabras clave:** Yoga, psicomotricidad, equilibrio, educación infantil, programa, matrogimnasia.

# UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI

## EXTENSIÓN PUJILÍ

### CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL

**TOPIC:** “CHILDREN'S YOGA AS A TOOL FOR PSYCHOMOTOR SKILLS IN EARLY CHILDHOOD EDUCATION IN PILALÓ PARISH”

**Authors:** Monge Hurtado Stefany Yolanda,  
Velasquez Diaz Jeniffer Odalis

#### ABSTRACT

The research project with reference to children's yoga as a tool for psychomotor skills in early childhood education in Pilaló parish, was conducted with high school children of the educational institutions of that locality, this plan aims to identify the importance of children's yoga through exploratory inquiry to facilitate the psychomotor development of infants, so that an interview was conducted with teachers to corroborate their knowledge on the subject. The methodology used for this work was bibliographic-documentary type where theoretical and conceptual foundations referring to yoga and psychomotor skills are analyzed; therefore, field research was used to find out if teachers know what yoga practice is about. The techniques and instruments that were used had the objective of determining more exact data of the teachers and students of each educational establishment, for the infants an observation card was made with the purpose of determining their level of psychomotor development, which was carried out through diverse activities appropriate to their age and capacity, the main results that were obtained with respect to these points already mentioned were, to have a better interpretation of what is needed to implement in the parish of Pilaló so that the children have a better development during their childhood. Consequently, yoga is an effective tool that has as a contribution to improve psychomotor skills in early childhood education. In conclusion, it helps children develop physical, emotional and social skills. Considering that the impact it shares is the combination of body movement with breathing and meditation techniques to improve balance, coordination and concentration in children.

**KEYWORDS:** Yoga, psychomotor skills, balance, early childhood education, program, Matrogymnastics.

## *AVAL DE TRADUCCIÓN*

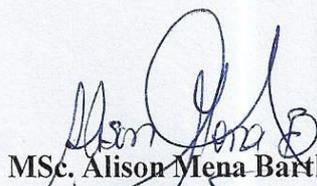
En calidad de Docente del Idioma Inglés del Centro de Idiomas de la Universidad Técnica de Cotopaxi; en forma legal **CERTIFICO** que:

La traducción del resumen al idioma Inglés del proyecto de investigación cuyo título versa: **“EL YOGA INFANTIL COMO HERRAMIENTA PARA LA PSICOMOTRICIDAD EN EDUCACIÓN INFANTIL EN LA PARROQUIA DE PILALÓ”** presentado por: **Monge Hurtado Stefany Yolanda y Velásquez Diaz Jeniffer Odalis** egresadas de la Carrera de Educación Inicial perteneciente a la **Extensión Pujilí**, lo realizaron bajo mi supervisión y cumple con una correcta estructura gramatical del Idioma.

Es todo cuanto puedo certificar en honor a la verdad y autorizo a las peticionarias hacer uso del presente aval para los fines académicos legales.

Latacunga, agosto del 2023

Atentamente,

  
MSc. Alison Mena Barthelotty

**DOCENTE CENTRO DE IDIOMAS-UTC**

**CI: 0501801252**



CENTRO  
DE IDIOMAS

## ÍNDICE

DECLARACIÓN DE AUTORIA .....	II
AVAL DEL TUTOR DE PROYECTO DE INVESTIGACIÓN.....	III
APROBACIÓN DEL TRIBUNAL DE TITULACIÓN .....	IV
AGRADECIMIENTO .....	V
DEDICATORIA.....	VII
RESUMEN.....	VIII
ABSTRACT .....	IX
AVAL DE TRADUCCIÓN .....	X
ÍNDICE.....	11
<b>1. INFORMACIÓN GENERAL .....</b>	<b>15</b>
TÍTULO DEL PROYECTO .....	15
LUGAR DE EJECUCIÓN .....	15
UNIDAD ACADÉMICA QUE AUSPICIA .....	15
CARRERA QUE AUSPICIA .....	15
EQUIPO DE TRABAJO .....	15
ÁREA DE CONOCIMIENTO .....	16
LÍNEA DE INVESTIGACIÓN .....	16
SUB LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN DE LA CARRERA .....	16
<b>2. JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO .....</b>	<b>17</b>
<b>3. BENEFICIARIOS DEL PROYECTO.....</b>	<b>18</b>
3.1 BENEFICIARIOS DIRECTOS .....	18
3.2 BENEFICIARIOS INDIRECTOS .....	19
<b>4. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN .....</b>	<b>20</b>
4.1 FORMULACIÓN DE PROBLEMA.....	22
<b>5. OBJETIVOS.....</b>	<b>23</b>
5.1 OBJETIVO GENERAL.....	23
5.2 OBJETIVOS ESPECÍFICOS.....	23
<b>6. ACTIVIDADES Y SISTEMA DE TAREAS EN RELACIÓN A LOS OBJETIVOS PLANTEADOS.....</b>	<b>23</b>

	12
<b>7. FUNDAMENTACIÓN CIENTÍFICO TÉCNICA .....</b>	<b>24</b>
7.1. ANTECEDENTES INVESTIGATIVOS .....	24
<b>8. MARCO TEÓRICO .....</b>	<b>26</b>
8.1. ORIGEN DEL YOGA .....	26
8.3. BENEFICIOS DEL YOGA .....	27
8.4. OBJETIVO DEL YOGA.....	28
8.5. METODOLOGÍA DEL YOGA .....	28
8.6. TÉCNICAS DEL YOGA .....	28
8.7. POSTURAS DEL YOGA .....	29
8.8. PRINCIPIOS DEL YOGA.....	31
8.8.1. <i>El ejercicio adecuado</i> .....	31
8.8.2. LA RESPIRACIÓN ADECUADA .....	31
8.8.3. <i>Una dieta adecuada</i> .....	32
8.8.4. <i>Relajación adecuada</i> .....	32
8.8.5. <i>El pensamiento positivo y meditación</i> .....	32
8.9. RECURSOS DEL YOGA .....	33
8.9.1 <i>Cuentos</i> .....	33
8.9.2 <i>Mándalas</i> .....	33
8.9.3 <i>Canciones</i> .....	33
8.9.4 <i>Bailes</i> .....	33
8.9.5 <i>Juegos</i> .....	34
8.10 PSICOMOTRICIDAD: ¿QUÉ ES? .....	34
8.10. ORIGEN DE LA PSICOMOTRICIDAD .....	35
8.11 COMPONENTES DE LA PSICOMOTRICIDAD .....	36
8.11.1 <i>Equilibrio</i> .....	37
8.11.2 <i>Esquema Corporal</i> .....	37
8.11.3 <i>Coordinación Motriz</i> .....	37
8.11.4 <i>Lateralidad</i> .....	37
8.11.5 <i>Tiempo- Espacio</i> .....	38
8.11.6 <i>Ritmo</i> .....	38
8.12 IMPORTANCIA DE LA PSICOMOTRICIDAD .....	38
<b>9. METODOLOGÍAS Y DISEÑO EXPERIMENTAL .....</b>	<b>39</b>
9.1. MODELO CONSTRUCTIVISTA .....	39
9.2. ENFOQUE .....	39
<b>9.3. TIPO DE DISEÑO.....</b>	<b>40</b>

	13
9.3.1 Bibliográfico- Documental.....	40
9.3.2 Investigación de campo.....	40
9.4. TIPOS DE INVESTIGACIÓN .....	41
9.4.1 Exploratorio.....	41
9.4.2 Descriptivo.....	41
9.5. TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN.....	41
9.6. INSTRUMENTOS .....	42
9.6.1 Ficha de observación.....	42
10. POBLACIÓN Y MUESTRA .....	42
11. TRANSCRIPCIÓN DE LAS ENTREVISTAS.....	43
12. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS .....	52
13. IMPACTOS (TÉCNICOS, SOCIALES, AMBIENTALES O ECONÓMICOS):.....	57
14. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....	58
15. BIBLIOGRAFIA.....	59
16. ANEXOS .....	63

**ÍNDICE DE TABLAS**

Tabla 1 Beneficiarios Directos 1 .....	18
Tabla 2 Beneficiarios Directos 2 .....	18
Tabla 3 Beneficiarios Directos 3 .....	18
Tabla 4 Beneficiarios Indirectos 1 .....	19
Tabla 5 Beneficiarios Indirectos 2 .....	19
Tabla 6 Beneficiarios Indirectos 3 .....	19
Tabla 7 Tabla de Objetivos .....	23
Tabla 8 Población .....	43
Tabla 9 Transcripción de la entrevista .....	48
Tabla 10 Percepción de los docentes .....	52

## **1. INFORMACIÓN GENERAL**

### **Título del Proyecto:**

El yoga infantil como herramienta para la psicomotricidad en educación infantil en la parroquia Pívalo.

**Fecha de inicio:** Abril 2023

**Fecha de finalización:** Agosto 2023

### **Lugar de ejecución:**

Barrio Corralpungo - Parroquia Pívalo – Cantón Pujilí – Provincia Cotopaxi – zona 3 - UECIB “General Condorazo”

Barrio Apagua - Parroquia Pívalo – Cantón Pujilí – Provincia Cotopaxi – zona 3 - UECIB “Juan Manuel Ayala”

Barrio el Hotel - Parroquia Pívalo – Cantón Pujilí – Provincia Cotopaxi – zona 3 EGB “José Joaquín Olmedo”

### **Unidad Académica que auspicia**

Universidad Técnica de Cotopaxi

### **Carrera que auspicia:**

Carrera de Educación Inicial

### **Proyecto de investigación vinculado:**

### **Equipo de Trabajo:**

#### **Tutor de Titulación:**

Ms.C. Johana Anabel Garzón González

#### **Estudiantes:**

Stefany Yolanda Monge Hurtado

Jeniffer Odalis Velásquez Díaz

**Área de Conocimiento:**

Educación Inicial

**Línea de investigación:**

Línea 9. Educación y comunicación para el desarrollo humano y social

**Sub líneas de investigación de la Carrera:**

Prácticas pedagógico-curriculares e inclusivas

## **2. JUSTIFICACIÓN DEL PROYECTO**

Esta investigación es única y novedosa ya que dentro de la parroquia Pilaló no se practica el yoga y existe un nivel bajo de conocimiento sobre los beneficios que tiene o como aporta nuestra variable dependiente de estudio, por lo tanto, es necesario involucrar este fundamento básico en nuestra investigación como una herramienta complementaria, siendo así un impacto positivo en la sociedad, permitiendo la evolución de nuevas alternativas para optimizar el desarrollo de los niños y niñas.

Es importante porque se enfocará en el yoga infantil como una herramienta que nos permita desarrollar la psicomotricidad en los infantes de manera que, sea relevante al resto de aspectos integrales tales como esquema corporal, socioafectivo o el estético en el desarrollo integral de los educandos, a partir de la aplicación de la técnica de la entrevista que nos permita conocer la importancia y el alcance de los estándares esperados en la parroquia Pilaló, beneficiando de manera directa a los docentes de las instituciones con los resultados obtenidos de este estudio.

Por lo tanto, la utilidad que se le puede dar a la presente investigación es brindar una herramienta alternativa y diferente a la tradicional porque se puede aplicar en todos los niveles educativos puesto que permite desarrollar nuestro nivel de capacidad física, mental y social.

La siguiente investigación es factible debido a que cuenta con la autorización de las autoridades y docentes de los centros educativos con el objeto de llevar a cabo el proyecto mediante los instrumentos que se eligieron para la recolección de datos, generando un impacto que disminuya el uso de educación tradicional logrando una vida mejor en los estudiantes. Impartiendo nuevos conocimientos diseñados para cumplir con las necesidades de los infantes.

### 3. BENEFICIARIOS DEL PROYECTO

#### 3.1 Beneficiarios directos

Los beneficiarios de manera directa son las y los estudiantes de las escuelas de la Parroquia Pívalo.

1.- Unidad Educativa Comunitaria Intercultural Bilingüe “General Condorazo”	
Niñas	5
<b>TOTAL</b>	5

*Tabla 1 Beneficiarios Directos 1*

2.-Centro Educativo Comunitario Intercultural Bilingüe de Educación Básica “Juan Manuel Ayala”	
Niñas	5
Niños	3
<b>TOTAL</b>	8

*Tabla 2 Beneficiarios Directos 2*

3.- Escuela de educación básica “José Joaquín Olmedo”	
Niñas	1
Niños	2
<b>TOTAL</b>	3

*Tabla 3 Beneficiarios Directos 3*

### 3.2 Beneficiarios Indirectos

Los beneficiarios indirectos del proyecto son los padres de familia y docentes de las instituciones educativas de la Parroquia de Pílalo.

1.- Unidad Educativa Comunitaria Intercultural Bilingüe “General Condorazo”	
Docente	1
Padres de familia	5
<b>TOTAL</b>	<b>6</b>

*Tabla 4 Beneficiarios Indirectos 1*

2.-Centro Educativo Comunitario Intercultural Bilingüe de Educación Básica “Juan Manuel Ayala”	
Docente	1
Padres de familia	8
<b>TOTAL</b>	<b>9</b>

*Tabla 5 Beneficiarios Indirectos 2*

3.- Escuela de educación básica “José Joaquín Olmedo”	
Docente	1
Padres de familia	3
<b>TOTAL</b>	<b>4</b>

*Tabla 6 Beneficiarios Indirectos 3*

#### **4. EL PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN:**

##### **MACRO**

Dentro del contexto se describe el yoga como una ciencia antigua que nace en la India, luego llegó a Yogananda a través de los conocimientos de occidente, impartiendo todos sus beneficios y sabidurías que posee como mental, emocional y físico disciplina práctica para el ser humano.

Se ha constatado a través del tiempo que la práctica de esta ciencia aporta utilidad a la vida, considerando que es necesario que se les enseñe yoga a los niños, ya que genera un equilibrio integral y emocional en su día a día, el yoga tiene distintas técnicas que son: la meditación, la respiración, la relajación y las asanas; que en conjunto potencian el desarrollo de los infantes, se ha encontrado que existen instituciones educativas que cuentan con esta herramienta en su plan de trabajo, además que se hallaron programas virtuales los cuales permiten implementar prácticas de yoga que benefician las áreas y destrezas de los niños. (Torres, 2021)

En Latinoamérica se ha venido propagando el valor de esta práctica en los niños, por tal cuestión se han efectuado diversos proyectos en algunos países con el programa “YOGUITOS LATINOAMÉRICA” que se lo realiza para niños, niñas y padres la familia; hace once años el propósito de este programa fue beneficiar a varias partes del mundo a través de la contribución dentro de las comunidades, en escuelas, casas hogares, cárceles, hospitales, asilos. Su misión es fomentar el bienestar emocional, físico y mental de los infantes. (Ortega, 2021)

El yoga ha ocupado muchos rincones del mundo, pero particularmente Latinoamérica, principalmente en pueblos y ciudades alejados, donde su principal práctica es la calma, la conexión con la naturaleza y la relajación, en casi toda Latinoamérica se puede encontrar que ejecutan esta práctica: los principales países que utilizan estas herramientas son: Ecuador, Colombia, Honduras, Perú, México, Nicaragua, entre otros. (Gonzales, 2017)

## **MESO**

En el Ecuador cada año se ha ido ampliando la práctica del yoga debido a que un pionero y fundador de la asociación escuela de auto realización (AEA), fue por el sacerdote católico y teólogo doctor Cesar Augusto Dávila quien impartió durante varios años esta práctica a adultos, jóvenes y niños, difundiendo métodos y técnicas que enseñan el camino de la oración para llegar a Dios.

Una de las situaciones más comunes dentro del Ecuador es el estrés en los infantes, y como solucionan para mejorar la concentración, la relajación y la motricidad es el yoga, siempre que se realice correctamente cada una de las técnicas

En el Ecuador se puede evidenciar proyectos de distintas instituciones de las ciudades de Quito- Loja- Cuenca- Ambato donde nos dicen que el yoga es una actividad práctica que conecta a todo el cuerpo, su respiración y mente mediante posturas físicas, ejercicios de respiración y meditación mejorando la salud. Se encontró documentación importante de cada uno de los proyectos que se obtuvo y se menciona que esta herramienta es esencial en la educación inicial pues ayuda a que los infantes conozcan su esquema corporal, al igual que desarrolla su contacto con las personas de su alrededor obteniendo un espacio de confianza tanto en su familia como con sus docentes, cumpliendo con la finalidad de cada propuesta. Un niño que se encuentre relajado mantiene la sensación de bienestar de su cuerpo y tendrá la capacidad de relacionarse con las personas de su alrededor, puesto que esta disciplina desarrolla sus habilidades y destrezas, adquiriendo equilibrio y salud.

## **MICRO**

En la provincia de Cotopaxi específicamente en el cantón Pujilí esta la ubicada la parroquia de Pívalo donde se realizó una investigación para saber la importancia que tiene el yoga como herramienta para la psicomotricidad, en tres diferentes instituciones; la primera institución visitada fue Unidad Educativa Comunitaria Intercultural Bilingüe “General Condorazo” ubicada en la zona rural Apagua consta de 11 docentes y 157 alumnos, es un centro educativo de educación bilingüe y

sostenimiento fiscal, su modalidad es presencial de jornada matutina de Régimen escolar Sierra y el nivel educativo que oferta es Educación Inicial y Educación Básica.

Por consiguiente, en el Centro Educativo Comunitario Intercultural Bilingüe de Educación Básica “Juan Manuel Ayala” en la zona rural Corralpungo, abarca 11 maestros y 163 estudiantes, es un centro educativo de educación bilingüe y sostenimiento fiscal, su modalidad es presencial de jornada matutina de Régimen escolar Sierra y el nivel educativo que oferta es Educación Inicial y Educación Básica

Por último, en la Escuela de educación básica “José Joaquín Olmedo” en la zona rural Pívalo vía a la Maná, está constituido de 65 estudiantes y 2 docentes, es un centro educativo de educación hispana y sostenimiento fiscal, su modalidad es presencial de jornada matutina de Régimen escolar Costa y el nivel educativo que oferta es Educación Básica.

No existen investigaciones realizadas en estas instituciones educativas, por lo tanto, se decidió hacer esta investigación en estos sectores por la ausencia de conocimiento referente a la aplicación del yoga como herramienta para la psicomotricidad.

#### **4.1 Formulación de Problema**

¿Cómo ayudaría el yoga en el desarrollo de la psicomotricidad en educación infantil en la parroquia Pilaló?

## 5. OBJETIVOS:

### 5.1 Objetivo General

Identificar la importancia del yoga infantil a través de la indagación cualitativa para facilitar el desarrollo de la psicomotricidad en educación infantil de la parroquia Pilaló.

### 5.2 Objetivos específicos

- Analizar los fundamentos teóricos y conceptuales que se enmarcan en el yoga infantil y la psicomotricidad en educación infantil.
- Desarrollar técnicas e instrumentos para la aplicación del diagnóstico en la parroquia Pilaló.
- Sistematizar los resultados obtenidos del diagnóstico para la elaboración de conclusiones y recomendaciones.

## 6. ACTIVIDADES Y SISTEMA DE TAREAS EN RELACIÓN A LOS OBJETIVOS PLANTEADOS

### Sistema de tareas en relación a los objetivos planteados

Objetivos	Actividad (tareas)	Resultado de la actividad	Medios de verificación
Analizar los fundamentos teóricos y conceptuales que se enmarcan en el yoga infantil y la psicomotricidad en educación infantil.	Elaboración del marco teórico basándonos en el yoga infantil.	Información de las variables	Se elabora el marco teórico. Análisis de la información obtenida
Desarrollar técnicas e instrumentos para la aplicación del diagnóstico en la parroquia Pilaló	Elaboración de encuesta y fichas de observación para conocer a los infantes y	Resultados para la elaboración de conclusiones y recomendaciones.	En esta parte de la descripción de analizará las conclusiones adquiridas por el grupo y las

	docentes de la parroquia.		recomendaciones para un trabajo beneficioso.
Sistematizar los resultados obtenidos del diagnóstico para la elaboración de conclusiones y recomendaciones.	Análisis de los resultados obtenidos.	Diagnóstico de la situación del yoga y la psicomotricidad de los niños	Conclusiones y recomendación sobre el problema planteado.

*Tabla 7 Tabla de objetivos*

## **7. FUNDAMENTACIÓN CIENTÍFICO TÉCNICA**

### **7.1. Antecedentes Investigativos**

Paula García Diez en su proyecto de investigación con el tema “El yoga infantil como recurso didáctico en la educación infantil” mismo que fue publicado en febrero del 2022 con el objetivo “elaborar y llevar a cabo una intervención didáctica sobre el Yoga Infantil durante el periodo de prácticas en la etapa de Educación Infantil.”, menciona que se ha utilizado diversas consultas bibliográficas que les ayudo a conocer el yoga infantil y como este se complementa en el aula, Siguiendo a ello han realizado una propuesta que incluye 14 sesiones que atienden a la diversidad de los alumnos de tercio de infantil. Para evaluar los resultados utilizaron diversas técnicas e instrumentos obteniendo los resultados donde se destacó que si se puede incluir el yoga como un recurso educativo con el cual los alumnos pudiesen mejorar su atención, concentración, comportamiento y controlar sus sentimientos y emociones.

Quinatana Yugcha Josselyn Anabel en su proyecto de titulación con el tema “El yoga infantil en el desarrollo de la atención en escolares de educación inicial” publicado en la ciudad de Ambato en el año 2022 con el objetivo “determinar la relación entre el yoga infantil y el desarrollo de la atención en la edad escolar infantil.” Indica que para la investigación ha utilizado el instrumento de evaluación denominado test EDAH, para evaluar los niveles de atención a través de un plan de yoga dentro de las clases escolares de educación inicial utilizando la dinámica y entretenimiento con los estudiantes, después de haber evaluado ha obtenido como resultado una hipótesis positiva dando a conocer que el yoga incide con el desarrollo

en la atención de en los niños de educación inicial.

Paulina Chapa Blanco en su proyecto titulado “Programa psicomotriz específico para estimular el área personal social de alumnos en preescolar” publicado en los meses de septiembre- diciembre del año 2019, con el objetivo de “Analizar el impacto del Programa Psicomotriz Específico en el Área Personal-Social (PPEAPS), antes y después, a nivel preescolar en estudiantes de 5 y 6 años. Las áreas para analizar son la interacción con los compañeros, interacción con el adulto, autoconcepto, rol social, colaboración y expresión de sentimientos.” Revela que para realizar su investigación ha utilizado el estudio cuasi- experimental con un diseño preprueba- posprueba con dos grupos de acuerdo a 6 diferentes categorías como la interacción con sus compañeros, interacción con el adulto, autoconcepto, rol social, colaboración y expresión de sentimientos, obteniendo como resultados de que la psicomotricidad aplicada tuvo un impacto positivo en el área personal-social de los alumnos en preescolar específicamente en la interacción con los compañeros.

Casanova Torres Andrea Cristina en su informe de investigación con el tema ”Aplicación del yoga infantil en la potenciación de la motricidad gruesa en los niños de 4 a 5 años” publicado en la ciudad de Ambato en el año de 2021 con el principal objetivo de “establecer la importancia que tienen el yoga en le potenciación la motricidad gruesa en niños de 4 a 5 años de la provincia de Tungurahua en el Periodo - agosto 2021”, Manifiesta que ha empleado una investigación bibliográfica documental, con una muestra de 25 niños a través de una evaluación y la aplicación de técnicas de yoga escogidas de manera oportuna para potenciar las habilidades motrices que poseen los niños, recolectando así los resultados a través de una ficha de observación, obteniendo como resultados la eficacia del yoga en la vida integral del niño.

## **8. MARCO TEÓRICO**

### **8.1. Origen del Yoga**

Durante siglos se han desarrollado técnicas de meditación en las culturas de oriente que se han encargado de desarrollar la concentración, relajación y bienestar, conforme con algunos autores se cree que el yoga es muy antiguo de más de 5.000 años, aunque también se considera que se originó en el marco de los “Veda”, en consecuencia, se resalta que la literatura de algunos textos provenientes de la india toman como referencia el descubrimiento arqueológico en yacimientos en el valle de Indo que actualmente se los conoce como Pakistán, donde se encontraron varios hallazgos de figuras de personas realizando algunas posturas conocidas como asanas de meditación y de yoga. Por lo tanto, esta relación se la cataloga con la civilización Indus- Saravasti. (Benlloch, s.f.)

El yoga etimológicamente proviene de la palabra sanscrita yoga, que surge del verbo yuj: “colocar el yugo (a dos bueyes, para unir)” traduciéndose también como absorberse en meditación, recordar, concentrar la mente, conectar o unir, el verbo yuj tiene la misma procedencia indoeuropea que las palabras “yugo” y “conyugal”. (Linder, 2018)

### **8.2. ¿Qué es el yoga?**

Principalmente el yoga inquiera conectar cuerpo y mente, a través de posturas corporales con el propósito de encontrar un estado de relajación y armonía interior, (Bendriss, 2015) afirma que:

El yoga es una metodología o conjunto de técnicas de desarrollo interior, cuyo objetivo es lograr la plena realización del ser humano y a través de esta metodología los niños aprenden a gestionar sus emociones, a mejorar su concentración, a liberarse de conflictos y de complejos, a incrementar sus actitudes positivas, a incrementar la interacción con los demás, a estimular su creatividad y a adquirir saludables hábitos corporales.

Así mismo (Guin, 2009) dice que “El yoga es un conjunto de técnicas aplicadas al desarrollo integral del ser humano, métodos y actividades, mediante las cuales es posible desarrollar el estado de yoga, es decir, unión entre cuerpo, mente, espíritu y el mundo que le rodea”.

Habitualmente el practicar yoga ayuda a los estudiantes a guiar su energía y autoestima, perfeccionando la seguridad en sí mismos, mostrando actitudes más sociables y alegres disminuyendo los niveles de agresividad.

Se ha convertido en una necesidad específica de nuestro tiempo, pues pretende disponer claves, técnicas y métodos para perfeccionarse así mismo, por medio de diferentes ejercicios y posturas a través de la práctica de la meditación y relajación.

### **8.3. Beneficios del yoga**

El yoga tiene varios beneficios de los cuales no se tiene mucho conocimiento puesto que no es una práctica tan conocida en el Ecuador, no obstante, está indicado para fortalecer la musculatura o a su vez para preparaciones de partos, correcciones de postura y favorecer la estimulación física.

(Azofeifa, 2018), menciona que el yoga al ser una técnica que utiliza el ejercicio y el cuerpo humano para permitir un alcance de relajación interna presenta como principales beneficios:

- Reduce la frecuencia cardiaca y presión arterial.
- Permite un ambiente de relajación.
- Mejora el nivel de confianza en sí mismo.
- Reducción del estrés.
- Aumenta la coordinación.
- Perfeccionamiento de la concentración.
- Apoyo para dormir mejor.
- Mejoramiento de la digestión.

#### 8.4. Objetivo del yoga

El objetivo principal del yoga es conectar el cuerpo, el espíritu y la mente a través de posturas, ejercicios de respiración y meditación, buscando la armonía entre los elementos, por lo que el objetivo principal es el bienestar y la tranquilidad del ser humano. (Orientanet, s.f.)

Por otra parte, una meta que alcanza el realizar yoga es un recorrido espiritual que permite la liberación del ser a través de una infinidad de caminos que de acuerdo a varios aspectos nos otorgan flexibilidad y tonicidad muscular.

#### 8.5. Metodología del yoga

La metodología que del yoga consiste en la aplicación de técnicas que ayuden a regular la atención y postura de quien los realiza despertando la sensibilidad y transformación interior, la metodología de esta ciencia práctica es adaptable a todos y a toda circunstancia pues es indispensable conocer que no podemos realizarla sin un método efectivo, a continuación, se presenta los puntos metodológicos del yoga:

#### 8.6. Técnicas del yoga

- **Motivación:** sigue buscando y recordando por qué: por qué practicas yoga, qué te llevó a practicarlo. Volver a esos puntos de partida es importante para sentir la transformación y el progreso, y recuperar nuestra motivación.
- **Relajación:** use música relajante y use alguna meditación guiada por audio o video. Enséñales yoga. A través del mindfulness y el yoga, tanto los niños como las niñas pueden aprender a controlar su respiración, tomando aire por la nariz y expulsándolo por la boca.
- **Respiración:** La niña o niño se sienta en una silla con la espalda recta. Colocas tus manos sobre tu vientre y respiras profundamente por la nariz durante cuatro segundos. Luego tenían que soltar el aire mientras hacían el sonido de la serpiente.

- **Observación:** Esta técnica te permite convertirte en un observador de todos los acontecimientos de la vida, ayudándote a tomar conciencia de los pensamientos y emociones que surgen.
- **Mudras:** Se refiere a la técnica de hacer varios gráficos con las manos, que pueden activar varios puntos de energía y transmitir información con diferentes significados a la mente subconsciente, ayudando así a activar la mente. Los mudras son un recurso para ayudar a la concentración ya que se estimula el sentido del tacto y se sienten las sensaciones corporales.
- **Mantras:** Esta es una técnica de conexión con la mente subconsciente a través de sonidos hablados o cantados (llamados mantras); es importante que las personas sientan las palabras en lugar de simplemente repetirlas mecánicamente.

### 8.7. Posturas del yoga

- **Mariposa:** El niño se sienta con la espalda recta y debe juntar las plantas de los pies, luego cierra los ojos e imagina que sus pies son las alas de una mariposa y los balancea sin quitar las plantas de los pies. La posición debe mantenerse durante 3-5 respiraciones.
- **Montaña:** El niño debe pararse con los pies juntos, manteniendo la espalda recta y relajando los brazos a ambos lados del cuerpo; hombros hacia atrás y hacia abajo; Para ver el futuro; y baje un poco el estómago y relájese con 3-5 respiraciones profundas. Ayuda al equilibrio del cuerpo y la concentración.
- **Guerrero:** Desde la posición de montaña, se debe dar un paso atrás con la pierna derecha, doblar la pierna izquierda hacia adelante con la pierna, girar el cuerpo hacia ese lado, mirar al frente y hacia atrás. En el momento de la inhalación, debes levantar las manos al cielo, exhalar y mantener la posición durante 3 respiraciones, luego cambiar de lado. Ayuda a fortalecer los músculos de las piernas.
- **Árbol:** Favorece el desarrollo del equilibrio, la concentración y el autocontrol. El niño debe pararse con los pies en el suelo, las palmas juntas a la altura del pecho; luego encuentre un punto fijo y mírelo. Después de eso, levante la otra pierna y apóyela sobre la pierna extendida, la pierna debe quedar por debajo de

la rodilla. El niño debe mantener el equilibrio y levantar las manos sin separar las palmas por encima de la cabeza, respirar 3 veces y cambiar de lado.

➤ **Bailarina:** Primero se debe doblar y levantar una pierna hacia atrás y tratar de tomar el pie o tobillo del mismo lado que la mano. Luego el niño debe mirar hacia adelante, extendiendo la mano contraria hacia adelante y manteniendo el equilibrio. La parte inferior debe ser sólida; La posición debe mantenerse durante 3 respiraciones y cambiar de lado.

➤ **Cobra:** El niño se acuesta boca abajo, las manos debajo de los hombros, las palmas en el suelo. Las piernas se mantienen rectas y relajadas con las plantas de los pies en el suelo. Luego respira hondo y levanta tu cuerpo hacia arriba, extendiendo los brazos en el suelo y respira en esta posición 3 veces.

➤ **Pinza:** Ayuda a estirar los músculos posteriores de las piernas. El primer paso es sentarse en el suelo con las piernas juntas y extendidas, la espalda debe estar recta y la mirada al frente. Luego hay que tomar el aire por la nariz y estirar las manos hacia el cielo. Exhalando por la nariz, las manos deben moverse hacia las piernas, tratando de tocarlas, tratar de apoyar la cabeza sobre las piernas y relajarse en esta posición, respirando tantas veces como sea necesario.

➤ **Perro:** Aumenta la oxigenación cerebral y la concentración. El niño debe acostarse boca abajo, respirar y apoyar las manos sobre la colchoneta anclando las puntas de los pies, levantar el cuerpo sobre las extremidades y estirar la espalda, poniendo la cabeza entre las manos. No doble las rodillas cuando mire sus pies; la posición debe mantenerse durante 3 respiraciones.

➤ **Gato:** Favorece la circulación y mejora la digestión. El niño debe colocarse sobre la colchoneta en posición de 4 puntos de apoyo, la espalda debe estar recta y la cabeza debe estar alineada con la columna. Mientras inhala, tire de la cabeza hacia atrás, gire la espalda hacia el suelo y abra el pecho. Mientras exhala, arquee la espalda, presione el estómago hacia abajo y baje la cabeza hasta que la barbilla toque el pecho. Debes repetir la posición 5 veces.

➤ **Namasté** (Saludo y despedida)

➤ El namasté, namaste o nemasté (del sánscrito नमस्ते [nʌmʌs'te:]) es un saludo y despedida usado en India y Nepal y otras partes de Asia. Su significado espiritual es "mi alma honra a tu alma" y su significado literal es "Me inclino ante

ti", generalmente acompañado de una ligera inclinación de cabeza, realizada con las palmas abiertas unidas frente al pecho. postura de oración, este gesto se conoce en sánscrito como añjali mudrā. Aunque en algunas culturas occidentales usan un lazo más llamativo para simbolizar el respeto.

## **8.8. Principios del yoga**

El yoga es mucho más que un ejercicio o una postura y requiere de compromiso y disciplina para que se sienta saludable y que sientas mucha energía en tu diario vivir. El realizar una buena práctica de yoga puede subir los niveles mentales, físicos y espirituales al momento de conectar con uno mismo. Pues la obtención del beneficio es seguir e integrar los 5 principios del yoga junto con algunas recomendaciones:

### **8.8.1. El ejercicio adecuado**

El ejercicio adecuado es el que ayuda al cuerpo a sanar y crecer sin efectos secundarios negativos. La filosofía del yoga recomienda los asanas (posturas de equilibrio) como una forma de ejercicio adecuado. Los ejercicios de yoga (asanas de yoga) ayudan a controlar el cuerpo, mantener el cuerpo fuerte, flexible y joven. Los asanas son posiciones continuas que se mantienen durante un cierto período de tiempo. El enfoque principal está en la columna vertebral, las articulaciones y los órganos internos. La práctica regular de asanas también tiene un efecto positivo en el sistema inmunológico.

### **8.8.2. La respiración adecuada**

La respiración es nuestra energía vital, proporcionando al cuerpo y la mente el oxígeno que necesitan para funcionar correctamente. Nuestro patrón de respiración se ve interrumpido debido a una mala postura o estrés, lo que provoca una respiración superficial. La respiración superficial o rápida activa el sistema nervioso simpático, lo que altera la armonía de otras funciones internas del cuerpo. En yoga, nos enfocamos en la respiración abdominal profunda, utilizando la capacidad total de los pulmones. Al controlar nuestra respiración, también controlamos el prana o energía en nuestro cuerpo. Por eso hacemos pranayama o ejercicios de respiración

en la clase de yoga; para controlar el prana y permitirle calmar y revitalizar el cuerpo y la mente.

### **8.8.3. Una dieta adecuada**

La nutrición adecuada no es parte de la clase de yoga, pero debería ser parte de la práctica de yoga. Esto significa que evitas comer alimentos que dañan tu cuerpo y tu mente, o productos que te dan energía negativa. Debes comer alimentos ligeros, frescos y naturales que aporten la energía y los nutrientes necesarios sin efectos negativos ni toxinas. La dieta incluye no solo los alimentos que comemos, sino también todo lo que absorbemos a través de nuestros cinco sentidos, como las palabras que escuchamos, las cosas que vemos, las energías que sentimos.

### **8.8.4. Relajación adecuada**

Muchas personas sufren de fatiga y agotamiento debido a la falta de un descanso adecuado. Ver televisión, escuchar música, nadar, caminar no es una verdadera relajación. La verdadera relajación es cuando los cinco sentidos están en reposo. En yoga practicamos shavasana o yoga nidra para lograr una relajación profunda.

### **8.8.5. El pensamiento positivo y meditación**

El quinto principio del yoga no puede omitirse porque determina todo el estado mental. El pensamiento positivo activa el sistema nervioso parasimpático, que ayuda al cuerpo a mejorar el funcionamiento general y mantener la homeostasis corporal.

La meditación es un estado difícil de alcanzar. La meditación es el resultado de concentrar los cinco sentidos en un punto. La meditación trae calma, que también se refleja en tu vida diaria.

Swami Sivananda recomienda que los cinco principios deben ser practicados para tener el cuerpo y la mente sanos. La práctica de estos cinco principios traerá armonía, salud y alegría a tu vida. (Ram, 2015)

## **8.9. Recursos del yoga**

El objetivo principal del yoga es conectar el cuerpo, el espíritu y la mente a través de

los recursos del yoga dependerán del tipo de yoga a practicarse en este caso nos enfocaremos en el yoga infantil, puesto que tienen ciento equilibrios corporales, control y flexibilidad es un buen espacio para realizar esta práctica. Por tal motivo ponemos algunos recursos con lo que se puede animar esta marcha y favorecer la armonía con lo más pequeños.

### **8.9.1 Cuentos**

Los cuentos de yoga son relatos que se relaciona con las posturas del yoga que los niños pueden realizar de manera fácil, haciendo de esta una práctica de diversión a través del movimiento y la creatividad. Por ejemplo, tenemos el cuento de Sofia en una aventura por la selva.

### **8.9.2 Mándalas**

Las mándalas son un conjunto de formas geométricas que representan característicamente lo que nos rodea, están relacionados con el arte de la sabiduría y la meditación. Tienen muchos colores y formas hipnóticas que nos ayudan a conseguir armonía.

### **8.9.3 Canciones**

Las canciones para practicar yoga son muy importantes ya que motivan a realizar de manera óptima es practica por tal motivo al repetir las canciones relajamos nuestro cuerpo y expresamos nuestras emociones a través de movimientos.

### **8.9.4 Bailes**

Es una disciplina que fusiona naturalidad y fluidez a través del movimiento del cuerpo expresando los elementos de la naturaleza que este armonizado con la mente y el cuerpo expresando potencial y flexibilidad que el cuerpo posee para generar energía para la vida diaria.

### 8.9.5 Juegos

En este aspecto el juego es primordial al momento de realizar el yoga pues se avanza con las posturas de yoga, pues los juegos tradicionales son competitivos y los podemos adaptar por ejemplo podemos utilizar el juego de Simón dice... al Yogui dice... y al momento de hacer las actividades podemos hacer actividades como el yogui dice que realicen una postura de yoga

- **Instrumentos:** Los objetos resultan ser muy entretenidos y al momento de realizar yoga facilita el proceso de concentración y atención, se vuelve esta actividad aún más dinámica y atractiva, algunos de los objetos que podemos utilizar son pañuelos, plumas, cuerdas, aros, títeres u otros objetos realizados con material reciclado.

### 8.10 Psicomotricidad: ¿qué es?

Wallon menciona que la psicomotricidad tiene un lugar importante en el funcionamiento y desarrollo de los niños, adolescentes y adultos. Sobre todo, en la primera etapa de la vida y a lo largo de la misma refiriendo a movimientos de coordinación es ahí donde hablamos sobre psicomotricidad.

Con el fin de conocer y tener mayor claridad del tema se define conceptualmente el término de la psicomotricidad.

(Berruezo & Adelantado, 2000) menciona que la psicomotricidad “integra las interacciones cognitivas, emocionales, simbólicas y sensoriomotoras en la capacidad de ser y de expresarse la persona en un concepto psicosocial” (pág. 29).

Es decir, nuestro cuerpo está conectado con nuestras emociones y nuestra mente y cada vez que realizamos acciones las acompañamos con la emoción y el pensamiento.

La psicomotricidad permite principalmente el desarrollo integral de las personas abordando esta temática como un todo, teniendo en cuenta que la psicomotricidad cuenta con aspectos social, intelectual, físico, motriz y afectivo, puesto que permite descubrir las partes del cuerpo y su capacidad de movimiento, de forma que la

misma libertad procura fomentar las habilidades y la resolución de problemas pues parte importante de esta temática es permitir que los niños puedan ser autónomos y despertar la curiosidad del mundo exterior.

La educación psicomotriz es una técnica basada en una pedagogía activa, flexible y objetiva, que aborda al niño en forma integral durante las diferentes etapas de su desarrollo, con la finalidad de mejorar las capacidades intelectuales, afectivas y sociales a través del movimiento. La palabra "psicomotricidad" nos permite hablar de dos componentes: "psico" y "motor". El término "psico" hace referencia a la actividad psíquica, a la cognición y a la afectividad. El término "motor" constituye la función motriz y queda expresada a través del movimiento. (Iniciativat, 2011).

Es importante resaltar que los aportes que han hecho algunos autores este concepto pertenecen de cierta manera al desarrollo y construcción psicológico en relación a lo que nos rodea, (Aucouturier, 2007) comenta “la psicomotricidad es una invitación a comprender todo lo que expresa el niño de sí mismo por la vía motriz, una invitación a comprender el sentido de sus conductas” (pág. 17).

### **8.10. Origen de la Psicomotricidad**

La palabra psicomotricidad etimológicamente proviene de psique (mente) y motor (movimiento) es decir la constitución del dominio de la mente en los movimientos o el actuar de acuerdo a lo que la mente dice

El origen de la psicomotricidad ha tenido sus inicios desde el comienzo de la vida, en concreto desde mediados y finales del siglo XIX, considerando que la unidad fisiológica y de la anatomía, desde entonces se empezó a considerar a la psicomotricidad como el centro del individuo en relación con su entorno.

Hasta principios del siglo XX con Wallon (1925) concreta, la relación niño-medio, y la importancia de considerar a este en todos los ámbitos: afectivo, motor e intelectual.

Piaget (1985) continuó viendo la psicomotricidad como parte fundamental del proceso de desarrollo intelectual, desde un panorama cognitivo, sugiriendo una

evolución paralela entre el desarrollo mental y motor. El aprendizaje se logra organizando a nivel cognitivo los estímulos motores recibidos del medio como consecuencia de la actividad sensoriomotora. De esta forma, la inteligencia comienza con el proceso de asimilación de la información que el niño recoge del medio que le rodea, lo que requerirá un proceso de adaptación. Esta información se incorpora a las estructuras de conocimiento existentes, reorganizándolas y generando nuevos aprendizajes.

Esto nos permite ver que el movimiento proporciona a los niños el tipo de conexiones que son necesarias para un aprendizaje más complejo, como leer, escribir, contar, etc.

De esta forma, se atienden los aspectos cognitivos, intelectuales, emocionales, afectivos y sociales, viendo la falta de planificación de eventos como principio general y fundamental de su trabajo. Según Lapierre y Aucouturier (1977), sólo así se puede establecer una comunicación directa, espontánea, improvisada, más que la regulación de las relaciones con los demás a través de consignas.

### **8.11 Componentes de la Psicomotricidad**

Para entender más cómo funciona esta temática demos saber que la psicomotricidad de acuerdo con (MINEDU, 2012) es una disciplina que explica que una persona es una unidad entre sus aspectos corporales (motores), emocionales y cognitivos, porque están interconectados y no pueden separarse unos de otros. En otras palabras, cada vez que interactuamos con nuestro entorno, siempre pensamos, sentimos y actuamos de manera integrada, y lo vivimos y expresamos todo el tiempo a través de nuestros cuerpos y comportamientos.

Para la realización de un preciso desarrollo motor, hay que poner en práctica componentes que se incluyen en la psicomotricidad como equilibrio, esquema corporal, coordinación motriz, lateralidad, tiempo- espacio y ritmo. Mismos que se deben manejar en un ambiente cómodo, de forma progresiva permitiendo la adaptación y progreso del aprendizaje. A continuación, se detalla cada uno de estos componentes:

### **8.11.1 Equilibrio**

Es la capacidad que tiene el ser humano de mantenerse en determinada postura, dependiendo de la acción motora que este realice, también es considerado como un elemento esencial para realizar cualquier movimiento a lo largo de la vida.

### **8.11.2 Esquema Corporal**

Es el conocimiento que se tiene con respecto al propio cuerpo tanto en movimiento como en reposo (Boulch, 1992) establece que “es la intuición global o conocimiento inmediato que tenemos de nuestro propio cuerpo, sea en estado de reposo o movimiento, en función de la interrelación de sus partes, y de su relación con el espacio y objeto que le rodean” (pág. 51). Este concepto hace referencia a dominio de tono, relajación y aprendizaje pues este proceso interioriza sobre lo propio del cuerpo dependiendo del nivel madurativo de los infantes.

### **8.11.3 Coordinación Motriz**

Es la capacidad que tiene el cuerpo para hacer terminadas funciones con los grupos musculares de forma precisa, dando como resultado la acción motora. La coordinación motriz se clasifica en dos, coordinación dinámica que es dominio total del cuerpo para realizar acciones y la coordinación óculo- segmentaria que es el movimiento pequeño de las partes del cuerpo donde la vista es la vía de ingreso de información.

### **8.11.4 Lateralidad**

Esta es información sobre los lados del cuerpo (derecha, izquierda). Está estrechamente relacionado con el control, que se produce a nivel del cerebro. Esto sugiere que hay parejas e individualidades, pero todas deben desarrollarse motrizmente, en igualdad de condiciones. A partir del trabajo de este elemento, el niño o niña reconoce los conceptos de derecha e izquierda, a partir del reconocimiento en su propio cuerpo. La lateralidad facilita el proceso de lectura y escritura.

### 8.11.5 Tiempo- Espacio

Es la capacidad de determinar la ubicación de las partes del cuerpo en relación con los objetos, y de los objetos en relación con el cuerpo, en el espacio y el tiempo. Además, es un tratamiento para partes del cuerpo segmentadas. Es la conciencia del movimiento de algún intervalo.

### 8.11.6 Ritmo

Es el control del pulso y el énfasis se lleva a cabo en el desempeño de las funciones motoras. Es la capacidad del cuerpo para cambiar suavemente la tensión muscular y la tensión a través de la conciencia.

## 8.12 Importancia de la Psicomotricidad

La importancia de la psicomotricidad está en que es una estructura de conceptos como esquema corporal y todo lo que nos rodea, pues esta disciplina se transforma en un medio de transmisión de información para comunicar sentimientos, desarrollar la inteligencia y control emocionante, consideramos importantes tres niveles de la psicomotricidad:

- **Nivel Cognitivo:** Esta mejora la atención, memorización, concentración y la creatividad de los niños.
- **Nivel Motor:** Permite el dominio de los movimientos corporales de los infantes.
- **Nivel emocional y Social:** Permite el reconocimiento de todo lo que les rodea para que los niños puedan enfrentarse a sus propios miedos y puedan tener mejor interacción con las demás personas.

Por lo tanto de acuerdo a las afirmaciones presentadas por los autores tanto el yoga como la psicomotricidad van de la mano puesto que a través de la psicomotricidad podemos experimentar nuevas técnicas como es el yoga para potenciar de mejor manera el bienes y salud de los pequeños mejorando de manera evidente el desarrollo emocional, social y motor permitiendo que esta práctica pueda ser reemplaza de la educación tradicional como una herramienta que mantenga un equilibrio optimo permitiendo dar a los niños mejores oportunidades a futuro.

## **9. METODOLOGÍAS Y DISEÑO EXPERIMENTAL**

### **9.1. Modelo constructivista:**

“La educación no es llenar un balde, sino encender un fuego”. - William Butler Yeats.

Esta cita refleja la teoría constructivista, que establece que aprender no es simplemente proporcionar información a los estudiantes, sino fomentar su curiosidad, motivación y participación en la construcción de su propio conocimiento. De acuerdo con este punto de vista, el papel del maestro es el de facilitador y guía, no el de depositario de conocimiento.

El diseño metodológico de la investigación se encuentra determinada en el enfoque cualitativo, además de la investigación bibliográfica e investigación de campo misma que se utilizó para la sustracción de información teórica y obtención de resultados, a través de la técnica de investigación de la ficha de observación, permitiendo alcanzar un nivel de excelencia descriptivo en la investigación.

### **9.2. Enfoque**

El enfoque que se ha utilizado es de tipo cualitativo

De acuerdo con la hipótesis del autor (Grinnell, 1997) La investigación cualitativa usa con frecuencia métodos de recolección de datos sin medición numérica, como la observación y la descripción. Generalmente se utilizan hipótesis y preguntas como parte primordial de una investigación, además es flexible a los eventos y a su interpretación entre el desarrollo y las respuestas de la teoría planteada. Su propósito es la reconstrucción de la realidad es decir como la observan los actores de un sistema social definido.

Por lo tanto, dentro de la investigación se utilizará la interpretación y la descripción de aspectos importantes dentro de la primera infancia como ayuda el yoga que los

infantes expresen sus emociones al igual que su desarrollo psicomotor. Con esto nos permitirá conocer de mejor manera su convergencia en el ámbito de la educación generando ventajas de comprobación al momento de escoger la técnica que se va a utilizar.

### **9.3. Tipo de Diseño**

#### **9.3.1 Bibliográfico- Documental**

La investigación bibliográfica se comprende como un proceso mediante el cual se recopilan conceptos con el propósito de alcanzar un entendimiento consecuente. Según (Alfonzo, 1994) , la investigación documental es un procedimiento científico, un proceso sistemático de indagación, recolección, organización, análisis e interpretación de información o datos en torno a un determinado tema. Al igual que otros tipos de investigación, éste es conducente a la construcción de conocimientos.

Mediante este diseño se realizó la indagación de información para el contenido del yoga infantil y su influencia en la psicomotricidad de los niños, permitiendo así fundamentar el proyecto de investigación.

#### **9.3.2 Investigación de campo**

(Arias, 1999) la investigación de campo es aquella en la que los datos se recolectan o provienen directamente de los sujetos investigados o de la realidad en la que ocurren los hechos (datos primarios). En esta investigación no se modifican ni manipulan variables; es decir, el investigador obtiene la información, pero no altera las condiciones existentes.

La investigación se realizó en tres establecimientos educativos de la parroquia de Pílalo, por medio de una ficha de observación para la evaluación de los estudiantes adquiriendo los resultados necesarios para el proyecto.

## **9.4. Tipos de investigación**

### **9.4.1 Exploratorio**

(Fernandez, Hernandez, & Baptista, 2014, pág. 91) Se emplean cuando el objetivo consiste en examinar un tema poco estudiado o novedoso. Sirve para familiarizar fenómenos relativamente desconocidos, obtener información sobre la posibilidad de llevar a cabo una investigación más completa respecto de un contexto particular, indagar nuevos problemas, identificar conceptos o variables promisorias, establecer prioridades para investigaciones futuras, o sugerir afirmaciones y postulados.

La presente investigación es de tipo exploratorio porque ha permitido saber cuál es la realidad sobre como el yoga influye en la psicomotricidad de los niños de 5 y 6 años de la parroquia de Pílalo del cantón Pujilí.

### **9.4.2 Descriptivo**

(Fernandez, Hernandez, & Baptista, 2014, pág. 92) Busca especificar propiedades y características importantes de cualquier fenómeno que se analice. Describe tendencias de un grupo o población. Sirve fundamentalmente para descubrir y prefigurar, los estudios descriptivos son útiles para mostrar con precisión los ángulos o dimensiones de un fenómeno, suceso, comunidad, contexto o situación.

Es descriptivo porque la investigación permite describir la situación actual del yoga y la influencia en la psicomotricidad de los niños identificando cual es el alcance que se obtendrá.

## **9.5. Técnicas de investigación**

Las técnicas se aplicaron para satisfacer los objetivos planteados en la investigación por medio de la entrevista y la ficha de observación mismas que ayudaran a la recolección de los datos de donde se produce el tema de investigación.

Según (Malhotra, 2008) las entrevistas se entienden como un conjunto de reiterados encuentros cara a cara entre el entrevistador y sus informantes con un gran número de personas utilizando un cuestionario prediseñado, dicho cuestionario está

diseñado para obtener información específica.

La entrevista es dirigida con el propósito de conocer cuál es la perspectiva frente al tema de investigación, a fin de conocer de que perspectiva tienen los docentes referentes al yoga.

## **9.6. Instrumentos**

### **9.6.1 Ficha de observación**

Las fichas de observación son una de las técnicas más reconocidas en el ámbito educativo. Su objetivo es constatar en un documento, por escrito, lo que sucede en el aula. Sin embargo, y a pesar de su innegable aportación como mecanismo de evaluación, presenta ciertas limitaciones que el video análisis puede solventar. (Díaz, 2021)

Consiste en una lista de criterios a evaluar mediante la observación sobre el desarrollo de posiciones y actividades referentes al yoga infantil, logrando así saber cada uno de los aspectos planteados, y percibir mejor el desarrollo de los niños.

## **10. POBLACIÓN Y MUESTRA**

### **Población**

Según el autor Arias (2006), define población como “un conjunto finito o infinito de elementos con características comunes para los cuales serán extensivas las conclusiones de la investigación. Esta queda delimitada por el problema y por los objetivos del estudio”. (p. 81)

<b>BENEFICIARIOS DIRECTOS</b>		<b>BENEFICIARIOS INDIRECTOS</b>	
<b>1.- UECIB GENERAL CONDORAZO</b>			
<b>Descripción</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Descripción</b>	<b>Frecuencia</b>
Niños	0	Docentes	1
Niñas	5	Padres de familia	5

Total	5		6
<b>2.- UECIB JUAN MANUEL AYALA</b>			
<b>Descripción</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Descripción</b>	<b>Frecuencia</b>
Niños	3	Docentes	1
Niñas	5	Padres de familia	8
Total	8		9
<b>3.- EGB JOSÉ JOAQUÍN DE OLMEDO</b>			
<b>Descripción</b>	<b>Frecuencia</b>	<b>Descripción</b>	<b>Frecuencia</b>
Niños	2	Docentes	1
Niñas	1	Padres de familia	3
Total	3		4

*Tabla 8 Población*

### **Muestra**

(Tamato & Tamayo, 2006, pág. 176) Definen como el conjunto de operaciones que se realizan para estudiar la distribución de determinados caracteres en totalidad de una población universo, o colectivo partiendo de la observación de una fracción de la población considerada.

La muestra elegida se la realizo por medio de un estudio destacando para recopilar datos de la población.

## **11. PERCEPCIÓN DE LOS DOCENTES**

Entrevista realizada a los docentes de los distintos centros educativos pertenecientes a la parroquia Pilaló.

### **11. TRANSCRIPCIÓN DE LAS ENTREVISTAS**

#### **Entrevista y grupos de discusión de estudio**

Entrevistador		Introducción y explicación general
Entrevistador		<b>1.- ¿Qué es para usted el yoga?</b>
<b>UECIB General Condorazo</b>	<b>Licda. María Esther Cuchiparte</b>	El yoga es una práctica que se realiza en regiones orientales a través del movimiento del cuerpo ayudando al estudiante a desarrollarse
<b>UECIB Juan Manuel Ayala</b>	<b>Licda. Verónica Herrera Mena</b>	Es el manejo del cuerpo a través de varias técnicas para desarrollar sus habilidades y emociones
<b>EGB José Joaquín De Olmedo</b>	<b>Lic. Pablo Fernando Segovia</b>	El yoga proviene de oriente y es el manejo del cuerpo a través de técnicas que permiten mejorar su habilidad y mantener el control de sus emociones
Entrevistador		<b>2.- ¿Piensa usted que el yoga sería una metodología para la educación infantil?</b> Si ( ) No ( ) ¿Por qué? ( )
<b>UECIB General Condorazo</b>	<b>Licda. María Esther Cuchiparte</b>	Si, porque ayuda al infante a desarrollarse de una mejor manera.
<b>UECIB Juan Manuel Ayala</b>	<b>Licda. Verónica Herrera Mena</b>	Si, porque utilizando esta metodología cada niño se desarrolla mejor.
<b>EGB José Joaquín De Olmedo</b>	<b>Lic. Pablo Fernando Segovia</b>	Si, porque ayudara a su desarrollo.
Entrevistador		<b>3.- Considera usted que las técnicas del yoga ayudan a los niños y niñas a controlar sus emociones?</b> Si ( )

		No () ¿Por qué?
<b>UECIB General Condorazo</b>	<b>Licda. María Esther Cuchiparte</b>	Si, el yoga puede ayudar a los niños a controlar sus emociones
<b>UECIB Juan Manuel Ayala</b>	<b>Licda. Verónica Herrera Mena</b>	Si, porque promueve la calma y la concentración, lo que esto beneficia a los niños.
<b>EGB José Joaquín De Olmedo</b>	<b>Lic. Pablo Fernando Segovia</b>	Si, por las técnicas de respiración y relajación ayudan a regular las emociones de cada niño.
<b>Entrevistador</b>		<b>4.- ¿Ha escuchado de alguna postura del yoga como metodología infantil?</b>  Si () No () ¿Cuál?
<b>UECIB General Condorazo</b>	<b>Licda. María Esther Cuchiparte</b>	Si, las posiciones de la mariposa, perro y árbol.
<b>UECIB Juan Manuel Ayala</b>	<b>Licda. Verónica Herrera Mena</b>	Si, la del gato y perro.
<b>EGB José Joaquín De Olmedo</b>	<b>Lic. Pablo Fernando Segovia</b>	Si, la montaña y perro.
<b>Entrevistador</b>		<b>5.- ¿Cree que se puede potenciar el yoga a través de la inteligencia múltiple como la kinestésica?</b>  Si () No () ¿Por qué?
<b>UECIB General</b>	<b>Licda. María Esther</b>	Si, porque se puede potenciar el yoga mediante la inteligencia kinestésica.

<b>Condorazo</b>	<b>Cuchiparte</b>	
<b>UECIB Juan Manuel Ayala</b>	<b>Licda. Verónica Herrera Mena</b>	Si, ya que esta permite aprender y experimentar a través de los movimientos.
<b>EGB Joaquín De Olmedo</b>	<b>Lic. Pablo Fernando Segovia</b>	Si, porque al incorporar las actividades físicas y corporales ayudan a un mejor desarrollo de la inteligencia kinestésica.
<b>Entrevistador</b>		<p><b>6.- ¿Piensa que es fundamental la teoría de Wallon (padre de la psicomotricidad) en los principios de la psicomotricidad?</b></p> <p>Si ( ) No ( ) ¿Por qué?</p>
<b>UECIB General Condorazo</b>	<b>Licda. María Esther Cuchiparte</b>	Si, porque esta teoría es fundamental en los principios de la psicomotricidad por sus descubrimientos.
<b>UECIB Juan Manuel Ayala</b>	<b>Licda. Verónica Herrera Mena</b>	Si, ya que Wallon fue quien reconoció la importancia del cuerpo.
<b>EGB Joaquín De Olmedo</b>	<b>Lic. Pablo Fernando Segovia</b>	Si, porque sus aportes de la relación que existe entre la emoción, el cuerpo y la cognición son importante para comprender la psicomotricidad.
<b>Entrevistador</b>		<p><b>7.- ¿El tipo de psicomotricidad educativa ayuda al desarrollo motor de los estudiantes?</b></p> <p>Si ( ) No ( ) ¿Por qué?</p>
<b>UECIB General Condorazo</b>	<b>Licda. María Esther Cuchiparte</b>	Si, la psicomotricidad educativa ayuda al desarrollo motor de los estudiantes.
<b>UECIB Juan</b>	<b>Licda. Verónica</b>	Si, porque a través de las actividades y juegos se estimula el desarrollo de las habilidades motoras de cada alumno.

<b>Manuel Ayala</b>	<b>Herrera Mena</b>	
<b>EGB José Joaquín De Olmedo</b>	<b>Lic. Pablo Fernando Segovia</b>	Si, la psicomotricidad educativa promueve el equilibrio, el control y coordinación del cuerpo así ayudando a su desarrollo motor.
<b>Entrevistador</b>		<p><b>8.- ¿Toma en consideración que el área cognitiva de la psicomotricidad ayuda a desarrollar la percepción corporal en los infantes?</b></p> <p>Si ( ) No ( ) ¿Por qué?</p>
<b>UECIB General Condorazo</b>	<b>Licda. María Esther Cuchiparte</b>	Si, el área cognitiva de la psicomotricidad ayuda a los infantes a desarrollar su percepción corporal.
<b>UECIB Juan Manuel Ayala</b>	<b>Licda. Verónica Herrera Mena</b>	Si, porque la percepción corporal es necesaria para el desarrollo emocional y cognitivo de los niños.
<b>EGB José Joaquín De Olmedo</b>	<b>Lic. Pablo Fernando Segovia</b>	Si, ya que a través de distintas actividades que involucran la exploración del cuerpo se estimulan las capacidades cognitivas y percepción corporal de los infantes.
<b>Entrevistador</b>		<p><b>9.- ¿Opina usted que un elemento primordial para la psicomotricidad es la lateralidad?</b></p> <p>Si ( ) No ( ) ¿Por qué?</p>
<b>UECIB General Condorazo</b>	<b>Licda. María Esther Cuchiparte</b>	Si, la lateralidad es un elemento primordial de la psicomotricidad que ayuda al desarrollo del equilibrio.
<b>UECIB Juan Manuel Ayala</b>	<b>Licda. Verónica Herrera Mena</b>	Si, porque permite desarrollar las habilidades motrices y cognitivas.
<b>EGB José Joaquín De Olmedo</b>	<b>Lic. Pablo Fernando Segovia</b>	Si, ya que facilita la coordinación y

<b>Olmedo</b>	<b>Segovia</b>	equilibrio en cada actividad psicomotora.
<b>Entrevistador</b>		<p><b>10.- ¿Cree que un factor importante para la psicomotricidad es la maduración motriz?</b></p> <p>Si ( ) No ( ) ¿Por qué?</p>
<b>UECIB General Condorazo</b>	<b>Licda. María Esther Cuchiparte</b>	Si, la maduración motriz es un factor importante porque desarrolla la coordinación.
<b>UECIB Juan Manuel Ayala</b>	<b>Licda. Verónica Herrera Mena</b>	Si, porque la maduración motriz se relaciona con el desarrollo de las habilidades motoras y la coordinación.
<b>EGB José Joaquín De Olmedo</b>	<b>Lic. Pablo Fernando Segovia</b>	Si, porque a medida que los niños maduran motrizmente, por que participan en actividades complejas y desafiantes para ellos.

*Tabla 9 Transcripción de la entrevista*

### 13. ANÁLISIS

#### PERCEPCIÓN DE LOS DOCENTES

<b>ENTREVISTADOR</b>	<b>Introducción y explicación general</b>
<b>ENTREVISTADOR</b>	<b>1.- ¿Qué es para usted el yoga?</b>
<b>PERCEPCIÓN DE LOS DOCENTES</b>	<p>En la entrevista realizada a los docentes de las distintas instituciones educativas en la parroquia de Pilaló, se obtuvieron respuestas favorables y positivas de cada uno de ellos.</p> <p>Se puede recalcar que los entrevistados hicieron énfasis en algunos aspectos como:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>Autor 1:</b> Proviene de orígenes griegos.</li> <li><b>Autor 2:</b> Manejo del cuerpo.</li> </ol>

	<b>3. Autor 3:</b> Mejorar sus habilidades.
<b>ENTREVISTADOR</b>	<p><b>2.- ¿Piensa usted que el yoga sería una metodología para la educación infantil?</b></p> <p>Si ( )          No ( )          ¿Por qué? ( )</p>
<b>PERCEPCIÓN DE LOS DOCENTES</b>	Luego de terminar la entrevista se obtuvo resultados donde los docentes hablan acerca de la metodología reflejando que todos concuerdan que esto ayuda a los niños a desarrollarse de una mejor manera.
<b>ENTREVISTADOR</b>	<p><b>3.- Considera usted que las técnicas del yoga ayudan a los niños y niñas a controlar sus emociones?</b></p> <p>Si ( )          No ( )          ¿Por qué?</p>
<b>PERCEPCIÓN DE LOS DOCENTES</b>	<p>En la entrevista realizada se obtuvo respuestas favorables, pero se consideró importante algunos aspectos que fueron semejantes entre las respuestas obtenidas.</p> <p><b>1. Autor 1:</b> Ayuda a controlar sus emociones.  <b>2. Autor 2:</b> La calma y concentración beneficia a los niños  <b>3. Autor 3:</b> Las técnicas de respiración y relajación ayuda a regular sus emociones.</p>
<b>ENTREVISTADOR</b>	<p><b>4.- ¿Ha escuchado de alguna postura del yoga como metodología infantil?</b></p> <p>Si ( )          No ( )          ¿Cuál?</p>
<b>PERCEPCIÓN DE LOS DOCENTES</b>	En la entrevista realizada a los docentes de los diferentes establecimientos educativos de la parroquia de Pilaló, se obtuvieron respuestas positivas, donde todos remarcaron que la postura más conocida en la del perro.

<b>ENTREVISTADOR</b>	<p><b>5.- ¿Cree que se puede potenciar el yoga a través de la inteligencia múltiple como la kinestésica?</b></p> <p>Si () No () ¿Por qué?</p>
<b>PERCEPCIÓN DE LOS DOCENTES</b>	<p>Al finalizar la entrevista que se realizó en los centros educativos de la parroquia de Pilaló, se concluyó que la inteligencia de la kinestésica es importante dentro del yoga, pero también se pudo considerar opiniones importantes de cada entrevistado como que:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Autor 1:</b> Potencia al yoga.</li> <li>2. <b>Autor 2:</b> Experimentar a través de los movimientos.</li> <li>3. <b>Autor 3:</b> Las actividades físicas y corporales.</li> </ol>
<b>ENTREVISTADOR</b>	<p><b>6.- ¿Piensa que es fundamental la teoría de Wallon (padre de la psicomotricidad) en los principios de la psicomotricidad?</b></p> <p>Si () No () ¿Por qué?</p>
<b>PERCEPCIÓN DE LOS DOCENTES</b>	<p>En la entrevista realizada a los docentes de la parroquia de Pilaló, se obtuvo respuestas en las cuales todos tienen una gran semejanza sobre la teoría de Wallon y se puede recalcar algunos puntos como:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Autor 1:</b> Es fundamental en la psicomotricidad por sus descubrimientos.</li> <li>2. <b>Autor 2:</b> Reconoció la importancia del cuerpo.</li> <li>3. <b>Autor 3:</b> La emoción, el cuerpo y la cognición son importante para comprender la psicomotricidad.</li> </ol>
<b>ENTREVISTADOR</b>	<p><b>7.- ¿El tipo de psicomotricidad educativa ayuda al desarrollo motor de los estudiantes?</b></p> <p>Si () No () ¿Por qué?</p>

<p><b>PERCEPCIÓN DE LOS DOCENTES</b></p>	<p>Después de realizar la entrevista a los docentes en la parroquia de Pilaló, sobre la psicomotricidad educativa se obtuvo respuestas positivas donde se recalcó que:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Autor 1:</b> Ayuda al desarrollo motor.</li> <li>2. <b>Autor 2:</b> A través de juegos y actividades se desarrollan las habilidades motoras.</li> <li>3. <b>Autor 3:</b> Promueve el equilibrio, control y coordinación en los niños.</li> </ol>
<p><b>ENTREVISTADOR</b></p>	<p><b>8.- ¿Toma en consideración que el área cognitiva de la psicomotricidad ayuda a desarrollar la percepción corporal en los infantes?</b></p> <p>Si ( ) No ( ) ¿Por qué?</p>
<p><b>PERCEPCIÓN DE LOS DOCENTES</b></p>	<p>Después de culminar la entrevista realizada en la parroquia de Pilaló, que en este punto se trata sobre el área cognitiva de la psicomotricidad ayuda al desarrollo de la percepción corporal donde los docentes dieron una opinión que resalta lo siguiente:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Autor 1:</b> Desarrollar si percepción corporal.</li> <li>2. <b>Autor 2:</b> Es necesaria para el desarrollo emocional y cognitivo de los niños.</li> <li>3. <b>Autor 3:</b> La exploración del cuerpo estimula la percepción corporal.</li> </ol>
<p><b>ENTREVISTADOR</b></p>	<p><b>9.- ¿Opina usted que un elemento primordial para la psicomotricidad es la lateralidad?</b></p> <p>Si ( ) No ( ) ¿Por qué?</p>
<p><b>PERCEPCIÓN DE LOS DOCENTES</b></p>	<p>Al terminar la entrevista y revisar las respuestas obtenidas sobre si la lateralidad es un elemento primordial para la psicomotricidad se manifestó en los docentes las siguientes respuestas:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. <b>Autor 1:</b> Desarrolla el equilibrio.</li> <li>2. <b>Autor 2:</b> Desarrolla habilidades motrices y cognitivas.</li> <li>3. <b>Autor 3:</b> Facilita la coordinación y el</li> </ol>

	equilibrio.
<b>ENTREVISTADOR</b>	<p><b>10.- ¿Cree que un factor importante para la psicomotricidad es la maduración motriz?</b></p> <p>Si () No () ¿Por qué?</p>
<b>PERCEPCIÓN DE LOS DOCENTES</b>	<p>Para finalizar y centrándonos en el factor importante de la psicomotricidad en específico de la maduración motriz se obtuvo respuestas favorables de los docentes donde ellos destacan que:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li><b>1. Autor 1:</b> Desarrolla la coordinación.</li> <li><b>2. Autor 2:</b> Se relaciona con el desarrollo de las habilidades motoras.</li> <li><b>3. Autor 3:</b> Mejor desarrollo por las actividades complejas y desafiantes.</li> </ol>

*Tabla 10 Percepción de los docentes*

## 12. ANÁLISIS Y DISCUSIÓN DE LOS RESULTADOS:

### ANÁLISIS

Como parte del proceso de investigación decimos que se ha visitado tres diferentes instituciones educativas de la parroquia Pilaló, donde se evidencio y comprobó que las escuelas cuentan con varios docentes, pero hay excepciones en ciertos niveles de educación donde existe un docente para dos niveles de educación, de acuerdo a los instrumentos aplicados se denota que los docentes saben información básica sobre el tema de yoga y no se lo aplica en el aula de clase como herramienta para el desarrollo de los niños, en consecuencia la falta de conocimiento que existe provoca un desfase en la aplicación para nuevas técnicas en la educación de los niños.

### DISCUSIÓN

Se ha aplicado una encuesta a los docentes de las 3 instituciones educativas de la Parroquia Pilaló empleando una pregunta abierta, para resaltar de mejor manera el conocimiento acerca del yoga como herramienta para la psicomotricidad.

### **1.- ¿Qué es el Yoga?**

(Bendriss, 2015) defiende que el yoga es una metodología o conjunto de técnicas de desarrollo interior, cuyo objetivo es lograr la plena realización del ser humano y a través de esta metodología los niños aprenden a gestionar sus emociones, a mejorar su concentración, a liberarse de conflictos y de complejos, a incrementar sus actitudes positivas, a incrementar la interacción con los demás, a estimular su creatividad y a adquirir saludables hábitos corporales.

Los tres docentes encuestados respondieron de manera acertada compartiendo que el yoga es una práctica que se realiza en regiones orientales y que es el manejo del cuerpo a través de diferentes técnicas que permiten el desarrollo de capacidades, habilidades y emociones permitiendo liberar tensiones y establecer puntos de tranquilidad en los niños. Por lo tanto, los tres docentes concuerdan con (Bendriss, 2015). Puesto que el yoga permite que los niños puedan desarrollar sus habilidades en la realización e incremento de actitudes.

### **2.- ¿Piensa usted que el yoga sería una metodología para la educación infantil?**

Según (Faúndez, 2014) un beneficio de su práctica en el aula es la mejora de la convivencia y el bienestar. Su práctica produce un clima de armonía y buena disposición de parte de los estudiantes.

Concorde con lo establecido por el autor (Faúndez, 2014) y la respuesta dada por los docentes de las instituciones, están de acuerdo de que el yoga sería una gran metodología dentro de las aulas de clase puesto que se produce una mejor armonía entre los educandos, por lo tanto, la respuesta conduce a una acertada aceptación.

### **3.- ¿Considera usted que las técnicas del yoga ayudan a los niños y niñas a controlar sus emociones?**

Algunos autores observan que el yoga provee a los estudiantes de formas saludables

de expresión, equilibrio y autorregulación de sus emociones y conducta, siendo evaluado como un enfoque pedagógico eficaz para aumentar la atención, la regulación emocional y los comportamientos positivos de los estudiantes en la escuela (Dale al., 2015; Raza et al., 2013).

Por lo tanto, los docentes encuestados concuerdan en que las técnicas de yoga si ayudan a la regulación de las emociones a través de diferentes técnicas y mejora el comportamiento de los estudiantes de manera positiva. En concordancia con el autor las respuestas coinciden es decir sus respuestas son asertivas.

#### **4.- ¿Ha escuchado de alguna postura del yoga como metodología infantil?**

Las posturas son conocidas como asanas y dentro del ámbito educativo se pueden establecer algunos tipos de posturas de acuerdo a la edad con la que se trabaje. Cada una de las posturas que adopta el cuerpo en la práctica del yoga o llamadas técnicamente asanas brindan a los estudiantes la oportunidad de divertirse imitando los diferentes animales que simulan diversas posturas, además, les enseñan a respirar correctamente y mediante la práctica de sus ejercicios, aprenden a relajarse. (Isasi, Galán, & Romero., 2019)

Por los tanto los docentes de las instituciones mencionaron que, si han escuchado sobre posturas del yoga que principalmente generar tranquilidad y mencionaron las posturas de mariposa, árbol y el del gato posturas que son principales para los niños en la edad infantil.

#### **5.- ¿Cree que se puede potenciar el yoga a través de la inteligencia múltiple como la kinestésica?**

De acuerdo con Howard Gardner 1983 el yoga puede relacionarse con las inteligencias de Gardner de diversas formas, ya que esta práctica abarca aspectos físicos, emocionales, cognitivos y sociales.

A continuación, vamos a explorar algunas conexiones entre el yoga y las diferentes inteligencias propuestas por Gardner:

Inteligencia corporal-kinestésica: Esta inteligencia se relaciona con la habilidad

para utilizar el cuerpo de manera coordinada y expresiva. El yoga, al involucrar posturas, movimientos y secuencias físicas, fomenta el desarrollo de la conciencia corporal, la coordinación motora, el equilibrio y la expresión física. (kids, 2023)

Los docentes de las diferentes instituciones concuerdan en que, si se puede potenciar el yoga puesto que parte principal es el desarrollo de los movimientos corporales y secuencias físicas que ayuden a potenciar la coordinación motora y el equilibrio, en consecuencia, con lo mencionado por el autor las respuestas son correctas ya que dentro de la investigación la psicomotricidad es parte fundamental y seguido por el yoga como herramienta tormenta de manera especial la educación.

#### **6.- ¿Piensa que es fundamental la teoría de Wallon (padre la psicomotricidad) en los principios de la psicomotricidad?**

(Wallon H. , 1978) indica, que el tono muscular, la postura y el movimiento son las primeras formas de comunicación humana con el medio; igualmente, considera que el niño se construye así mismo a partir del movimiento.

Los docentes de las instituciones acordaron que si es fundamental la teoría de Wallon puesto que es un principio fundamental dentro del aula de clases ya que las primeras formas de comunicación de los niños son los movimientos que realizan y a medida que siguen creciendo mejoran su fuerza lo que permite que su psicomotricidad se mantenga en constante desarrollo.

#### **7.- ¿El tipo de psicomotricidad educativa ayuda al desarrollo motor de los niños y niñas?**

Defino la psicomotricidad educativa como una forma de entender la educación, basada en la psicología evolutiva y la pedagogía activa (entre otras disciplinas), que pretende alcanzar la globalidad del niño (desarrollo equilibrado de lo motor, lo afectivo y lo mental) y facilitar sus relaciones con el mundo exterior (mundo de los objetos y mundo de los demás). (Rivas, 2008)

La respuesta que dieron los docentes comparte que la psicomotricidad educativa si ayuda al desarrollo motor puesto que parte de la psicomotricidad es desarrollar el

equilibrio, la parte emocional y mental para mantener sus relaciones con el exterior.

**8.- ¿Toma en consideración que el área cognitiva de la psicomotricidad ayuda a desarrollar la percepción corporal en los infantes?**

El esquema corporal no es un dato fijo ni inmutable, sino que se elabora a partir de las experiencias motrices y sigue la misma evolución que el desarrollo psicomotor, ya que en él se produce la diferenciación progresiva de las funciones (Wallon H. , 1978)

El área cognitiva en los infantes es muy importante y los docentes de las instituciones aciertan en que si ayuda a desarrollar la percepción corporal ya que es parte misma del desarrollo psicomotor ya que produce que los niños tengan mejor maduración motriz y de acuerdo con el autor es mismo imparte experiencias motrices por lo tanto las respuestas concuerdan con lo mencionado por el autor.

**9.- ¿Opina usted que un elemento primordial para la psicomotricidad es la lateralidad?**

(Brotons, 2010) Afirmó que la lateralidad es una función de gran complejidad que implica un principio organizador de la información aferente a la respuesta motora, no se reduce únicamente a la preferencia sensorial o motora de uno de los lados del cuerpo.

De acuerdo con las respuestas de los docentes la lateralidad es un elemento principal en el desarrollo de los niños ya que tiene preferencia sensorial y motora permitiendo así que los niños desarrollen de manera adecuada la psicomotricidad a través de la lateralidad. De acuerdo con el autor las repuestas serian acertadas.

**10.- ¿Cree que un factor importante para la psicomotricidad es la maduración motriz?**

El desarrollo motor se considera como un proceso secuencial y dinámico que se produce a lo largo de la infancia, mediante el cual los humanos adquirimos una gran cantidad de habilidades motoras encaminadas a lograr la independencia física y funcional mientras se produce la maduración del sistema nervioso. (Godoy, 2021)

Los docentes entrevistados respondieron de manera acertada puesto que la psicomotricidad es parte esencial para la maduración motriz mencionando que este ligado a la independencia de los niños en todo ámbito haciendo que su cuerpo tenga mejor funcionalidad motora al momento de realizar las actividades.

### **13. IMPACTOS (TÉCNICOS, SOCIALES, AMBIENTALES O ECONÓMICOS):**

La investigación desarrollada, presenta un alcance educativo porque se desarrolló dentro de tres entidades educativas tomando en cuenta a los niños de preparatoria, donde se detectó que los docentes si conocen a que se refiere el yoga como herramienta en la psicomotricidad como tal, pero no lo utilizan en si en cada aula principalmente por la localidad en las que se encuentran las instituciones, por otro lado en los infantes al momento de realizar cada actividad la mayoría las podían realizar pero si habían infantes que no podían o se les complicaba realizarlas.

Por lo tanto, los datos expuestos anteriormente son de utilidad ya que para los niños y docentes de la unidad educativa a fin de que se tomen las decisiones pertinentes para fortalecer el yoga en los infantes mejorando de manera consistente en la psicomotricidad pues esto ayuda en el desarrollo como del equilibrio, la concentración y entre muchos otros.

## **14. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES**

### **CONCLUSIONES**

- En fin, se analizó fundamentos teóricos y conceptuales del yoga donde nos dicen que es una forma eficaz para mejorar la psicomotricidad en los niños, mediante esta práctica de posturas y movimientos que favorecen al desarrollo del equilibrio, coordinación y flexibilidad en los infantes.
- Mediante las técnicas e instrumentos de evaluación que se aplicó en la parroquia de Pilaló se obtuvo la cantidad de docentes y estudiantes de dicha localidad, al igual que obtuvimos información de los conocimientos de los docentes de cada centro educativo referentes al yoga y la evolución de la psicomotricidad en los niños.
- A partir del diagnóstico realizado se evidenció que las herramientas del yoga no son utilizadas en los centros educativos.

### **RECOMENDACIONES**

- Incluir al yoga como herramienta en las actividades extracurriculares.
- Formar a profesores y educadores en la práctica del yoga para que puedan utilizarlo de forma correcta y segura en el aula.
- Continuar investigando y actualizando métodos de práctica de yoga para alumnos de primaria para mejorar la efectividad y adaptabilidad de esta herramienta en el entorno educativo.

## 15. BIBLIOGRAFIA

- Alfonzo, I. (1994). *Técnicas de investigación bibliográfica*. Caracas: Contexto ediciones.
- Arias, F. (1999). *El proyecto de investigación: Guía para su elaboración*. Venezuela, Caracas: Episteme.
- Aucouturier, B. (2007). *Los fantasmas de acción y la práctica psicomotriz*. Barcelona: S.L: Graó de IRF.
- Azofeifa, C. (2018). Revisión de los beneficios de la Intensidad y Modalidades de Ejercicio Físico sobre el estrés psicológico. *Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud*, 16(1), 17. Recuperado el junio de 2023, de <https://www.redalyc.org/journal/4420/442055665007/442055665007.pdf>
- Bendriess, Y. (2015). *Guía práctica para padres y educadores*. España: Arcopress.
- Benlloch, M. (s.f.). *Yoga guía fitness*. Recuperado el 18 de junio de 2023, de Filosofía del yoga: <https://yoga.guiafitness.com/historia-del-yoga.html>
- Berruezo, P., & Adelantado, P. (2000). *Hacia un marco conceptual de la psicomotricidad a partir del desarrollo de su práctica en Europa y España*. España: Revista Interuniversitaria de Formación del profesorado.
- Boulch, J. L. (1992). *Hacia la ciencia del movimiento humano*. Barcelona: Paidós.
- Brotons, E. (2010). *Patrones de Laterilización hemisférica y disociación en población normal*. Obtenido de un estudio sobre diferencias en el pensamiento cognitivo y emocional.
- Díaz, M. (30 de Junio de 2021). *El videoanálisis, evolución a las fichas de observación*. Obtenido de Codimg: <https://www.codimg.com/education/blog/es/fichas-observacion-clase#:~:text=Las%20fichas%20de%20observaci%C3%B3n%20son,que%20el%20videoan%C3%A1lisis%20puede%20solventar.>
- EDUCREA. (s.f.). *EDUCREA*. Recuperado el 15 de junio de 2023, de Los Mandalas y Los Niños: <https://educrea.cl/los-mandalas-y-los->



no.55 Lima set. Obtenido de <http://dx.doi.org/10.18800/educacion.201902.006>

Jain, R. (26 de Noviembre de 2015). *Arhanta yoga*. Obtenido de Arhanta yoga: <https://www.arhantayoga.org/es/los-5-principios-del-yoga/>

kids, Y. &. (22 de mayo de 2023). *Yoga & kids*. Recuperado el 15 de junio de 2023, de El yoga y las inteligencias multiples de gardner: <https://www.yogakidsworld.com/el-yoga-y-las-inteligencias-multiples-de-gardner/>

Linder, A. (4 de Agosto de 2018). *Yogatravel*. Recuperado el 15 de junio de 2023, de YOGA: Etimología, escuelas y su historia: <https://yogatravel.es/yoga-etimologia-escuelas-y-su-historia/>

Malhotra, N. K. (2008). *Questionpro*. Obtenido de Questionpro: <https://www.questionpro.com/es/encuesta.html>

MINEDU. (2012). *Guia de Orientacion del Uso del Modulo de Materiales de Psicomotricidad para Niños y Niñas de 3 a 5 Años*. Ecuador: Ministerio de Educaion .

Orientanet. (s.f.). *orientanet*. Recuperado el junio de 2023, de el objetivo final del yoga es la unión del ser individual con el ser universal. Es decir, la unión de una realidad cambiante (el si mismo individual) con una realidad inmutable (la consciencia absoluta): <https://www.orientanet.es/cual-es-el-objetivo-principal-de-yoga/>

Ortega, O. ., (26 de Mayo de 2021). *Yoguitos Latinoamérica*. Obtenido de El Nacimiento De Una Ac: <https://yoguitoslatinoamerica.com/2021-05-26>

Ram, J. (26 de noviembre de 2015). *ARHANTA YOGA*. Obtenido de Los 5 principios del Yoga se puede integrar en tu vida diaria: <https://www.arhantayoga.org/es/los-5-principios-del-yoga/>

Rivas, M. (Agosto de 2008). La Psicomotricidad educativa: un enfoque natural. *Reviste Interuniversitaria de Formación del Profesorado*, 22, pp. 199-220.

Tamato, & Tamayo. (2006). *Técnicas de investigación* (Vol. 2º Edición). Mexico: Mc Graw Hill.

Torres, A. C. (Octubre de 2021). *Repositorio UTA*. Obtenido de “APLICACIÓN DEL YOGA INFANTIL EN LA POTENCIACIÓN DE LA MOTRICIDAD GRUESA EN NIÑOS DE 4 A 5 AÑOS”: <chrome-extension://efaidnbmnnnibpcajpcglclefindmkaj/https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/33948/1/Casanova%20Torres%2C%20Andrea%20Cristina%20Biblioteca-sello.pdf>

Wallon, H. (1956). *“Importancedumouvementdansledeveloppmentpsychologiquedelenfant”*. Enface.

Wallon, H. (1978). *Del acto del pensamiento*. Buenos Aires: Pique.

## 16. ANEXOS

### ANEXO 1: Docente Tutora

#### Hoja de vida del tutor

##### DATOS INFORMATIVOS:

**Nombres y Apellidos:** Johana Anabel Garzón González

**Fecha de Nacimiento:** 17 de Enero de 1987 (36 años)

**Lugar de Nacimiento:** Quito - Pichincha

**Numero de Cedula:** 171882730-4

**Estado Civil:** Casada

**Dirección:** El Valle de los Chillos, Urbanización de los Economistas calle principal Iritiyacu, calle secundaria B, casa 86

**Teléfonos:** 0983518852 /023525103/ 0960747888

**Email:** jagg1812@gmail.com/ johana.garzon@utc.edu.ec

##### FORMACION ACADEMICA:

**Escuela:** Santo Domingo de Guzmán Puyo – Pastaza

**Colegio:** COMIL – 6 Combatientes de Tapi Riobamba – Chimborazo

##### Estudios Superiores:

- Escuela Politécnica del Ejercito ESPE, Departamento de Ciencias Humanas y Sociales.
- Licenciada en ciencias de la Educación, mención Educación Infantil ESPE
- Licenciada en Psicología infantil de la UNL (Universidad Nacional de Loja)
- Magíster en Docencia Universitaria ESPE
- Magíster en Psicopedagogía de la UNIR Universidad Internacional de la Rioja en España



## **ÁREA DE INVESTIGACIÓN**

### **Libros:**

- 2 libros de la EDITORIAL ACADEMICA ESPAÑOLA.

### **Ponencias:**

- Tres ponencias en el año 2017
- Una ponencia en el año 2018

### **Artículos científicos**

- Cuatro artículos científicos entre los años 2015 al 2018

## **CURSOS Y SEMINARIOS**

- Dos cursos en los años 2006 7 2008
- Doce talleres entre los años 2014 al 2019
- Once seminarios entre los años 2020 al 2021

## **EXPERIENCIA PROFESIONAL:**

- Desde el año 2009 al 2023 presente

**IDIOMAS: INGLÉS:** Suficiencia título otorgado por la ESPE y **PORTUGUES:** nivel medio

**INFORMATICA:** Windows, Procesadores De Texto, Power Point, Excel, Internet Y Multimedia

## **REFERENCIAS PERSONALES:**

Mayo. Franz Guzmán Vicerrector del COMIL - 10 Teléfono: 0983056998

Dra. Mercedes Morales Coordinadora Académica de la sección primaria del Colegio APCH -Teléfono: 0984389529 / 2556741

Ing. Marcelo Mancheno teléfono: 0995920701

CrnI. Mauricio Alegría Jefe del Departamento de Educación y Doctrina del Ejército  
0987228902

Gnral. Juan Carlos Barragán Inspector General de la Policía 0980528563

Dr. Eddy Cárdenas Quintana Rector de la Salle- Latacunga 0998538902

Lcdo. Carlos Oña Vicerector de la Unidad Educativa Dr. Telmo Hidalgo Díaz:  
0979532392

PhD: Raúl Cárdenas Quintana Vicedecano de la Faculta de de Ciencias Humanas y  
Sociales 09833241975

MSc. Juan Carlos Vizuete Director de la Carrera de Ciencias de la Edu-  
cación de la UTC 0987520753

## ANEXO 2: Estudiante Nro. 1

### Hoja de vida

#### 1. DATOS PERSONALES:

**Nombres:** Stefany Yolanda

**Apellidos:** Monge Hurtado

**Cedula de identidad:** 0550101877

**Edad:** 22 años

**Estado civil:** Soltera

**Lugar de nacimiento:** Latacunga- La Matriz

**Fecha de nacimiento:** 31 de julio del 2001

**Dirección domiciliaria:** Pujilí, Barrio Guápulo calle pichincha y vía a La Maná

**Celular:** 0995560635

**Email:** stefanymonge5@gmail.com



#### 2. ESTUDIOS REALIZADOS:

- **Primaria:** Escuela Santa Marianita de Jesús
- **Secundaria:** Unidad Educativa “Hermano Miguel”  
Unidad Educativa “Provincia de Cotopaxi”
- **Universitarios:** Cursando Octavo Semestre de la Carrera de Educación Inicial en la Universidad Técnica de Cotopaxi

#### 3. CURSOS REALIZADOS

Taller de planificación micro curricular por experiencias de aprendizaje para inicial I, II y preparatoria.

## ANEXO 3: Estudiante Nro. 2

### Hoja de vida

#### 1. DATOS PERSONALES:

**Nombres:** Jeniffer Odalis

**Apellidos:** Velásquez Díaz

**Cedula de identidad:** 050337312-8

**Edad:** 22 años

**Estado civil:** Soltera

**Lugar de nacimiento:** Latacunga- La Matriz

**Fecha de nacimiento:** 29 de octubre del 2000

**Dirección domiciliaria:** Patutan- Tras del centro de salud, casa blanca un piso.

**Celular:** 0998803883

**Email:** jeniffer.velasquez29@gmail.com



#### 2. ESTUDIOS REALIZADOS:

- **Primaria:** Escuela Elvira Ortega
- **Secundaria:** Unidad Educativa “Luis Fernando Ruiz”
- **Universitarios:** Cursando Octavo Semestre de la Carrera de Educación Inicial en la Universidad Técnica de Cotopaxi

#### 3. CURSOS REALIZADOS

- Curso de Auxiliar en enfermería.
- Curso de Pedagogía e investigación, tic's y didáctica contemporánea en la docencia universitaria.
- Taller de desarrollo de macro destrezas de la lengua y literatura educación general.
- Taller de planificación micro curricular por experiencias de aprendizaje para inicial I, II y preparatoria.

**ANEXO 4: Cuestionario de entrevista****UNIVERSIDAD TÉCNICA DE COTOPAXI****EXTENSIÓN PUJILÍ****CARRERA DE EDUCACIÓN INICIAL****CUESTIONARIO**

**TEMA:** El yoga infantil como herramienta para la psicomotricidad en educación infantil en la parroquia Pilaló.

Institución educativa: \_\_\_\_\_

Nombre del Docente: \_\_\_\_\_

Fecha: \_\_\_\_\_

**Pregunta 1.**

¿Qué es para usted el yoga?

---

---

---

**Pregunta 2.**

¿Piensa usted que el yoga sería una metodología para la educación infantil?

Si

No

¿Por qué?

---

---

**Pregunta 3**

¿Considera usted que las técnicas del yoga ayudan a los niños y niñas a controlar sus emociones?

Si

No

¿Por qué?

---

---

**Pregunta 4**

¿Ha escuchado de alguna postura del yoga como metodología infantil?

Si

No

¿Por qué?

---

---

**Pregunta 5**

¿Cree que un factor importante para la psicomotricidad es la maduración motriz?

Si

No

¿Por qué?

---

---

**Pregunta 6**

¿Cree que se puede potenciar el yoga a través de la inteligencia múltiple como la kinestésica?

Si

No

¿Por qué?

---

---

**Pregunta 7**

¿Piensa que es fundamental la teoría de Wallon (padre de la psicomotricidad) en los principios de la psicomotricidad?

Si

No

¿Por qué?

---

---

**Pregunta 8**

¿El tipo de psicomotricidad educativa ayuda al desarrollo motor de los estudiantes?

Si

No

¿Por qué?

---

---

**Pregunta 9**

¿Toma en consideración que el área cognitiva de la psicomotricidad ayuda a desarrollar la percepción corporal en los infantes?

Si

No

¿Por qué?

---

---

**Pregunta 10**

¿Opina usted que un elemento primordial para la psicomotricidad es la lateralidad?

Si

No

¿Por qué?

---

---

**ANEXO 4: Ficha de observación****FICHA DE OBSERVACIÓN**

**TEMA:** El yoga infantil como herramienta para la psicomotricidad en educación infantil  
en la parroquia Pilaló.

**Institución educativa:** \_\_\_\_\_

**Nombre:** \_\_\_\_\_

**Edad:** \_\_\_\_\_

**Fecha:** \_\_\_\_\_

<b>ÍTEMS DE EVALUACIÓN</b>	<b>EXCELENTE (4)</b>	<b>MUY BUENA (3)</b>	<b>BUENA (2)</b>	<b>REGULAR (1)</b>
<b>TÉCNICAS DEL YOGA INFANTIL</b>				
El niño muestra interés por aprender y se siente entusiasta con las actividades.				
El niño se mantiene tranquilo al momento de realizar el ejercicio.				
<b>POSTURAS DEL YOGA INFANTIL</b>				
Mantiene la postura de la Mariposa durante 5 segundos.				
Mantiene la postura de la Montaña durante 5 segundos.				
<b>SALUDO Y ESPEDIDA (Namasté)</b>				
El niño canta y realiza correctamente los movimientos de la canción SALUDO AL SOL.				

<b>INTELIGENCIAS MÚLTIPLES PARA EL DESARROLLO DEL YOGA</b>				
Escucha y repite las canciones con entusiasmo.				
Observa con atención los movimientos que se realizan.				
<b>RECURSOS DEL YOGA</b>				
Le emociona realizar bailes que ayuden a expresar emociones.				
Se siente entusiasta al realizar juegos.				
<b>PRINCIPIOS DE LA PSICOMOTRICIDAD</b>				
Juega a representar algo a través de un movimiento cualquiera.				
Participa activamente en las actividades.				
<b>ÁREA MOTORA DE LA PSICOMOTRICIDAD</b>				
El niño mantiene una buena postura al agarrar los objetos.				
El niño sube y baja los escalones coordinadamente.				
<b>ÁREA COGNITIVA DE LA PSICOMOTRICIDAD</b>				
Identifica las partes de su cuerpo.				
Representa y repite los movimientos que se realizan.				
<b>ÁREA SOCIOAFECTIVA</b>				
Confía y se siente seguro en su entorno.				
Cumple con las indicaciones dictadas.				
<b>ELEMENTOS DE LA PSICOMOTRICIDAD</b>				

Toma el aire por la nariz y suelta lentamente por la boca.				
Lanza la pelota con la mano izquierda.				
<b>FACTORES DE LA PSICOMOTRICIDAD</b>				
Agarra los objetos con facilidad.				
Corre a través de obstáculos.				

**ANEXO 5: Evidencias fotográficas**



