CORPORACIÓN UNIVERSITARIA ADVENTISTA

Facultad de Educación

Licenciatura en Educación Preescolar

DETERMINAR LA RELACIÓN EXISTENTE ENTRE EL ESTRÉS Y LAS ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES EN LOS NIÑOS DE 5 A 7 AÑOS DE EDAD

Semillero de desarrollo cognitivo

Preparado por:

Miladys Ayala

Diana Álvarez Pai

Shirly Gaibao Bolivar

Mayerli Díaz Flórez

Lilibeth Ramirez Rodriguez

Keili Jiménez Jiménez

Medellín, Colombia

2012 - 2013

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA ADVENTISTA

FACULTAD DE EDUCACIÓN

CENTRO DE INVESTIGACIONES

NOTA DE ACEPTACIÓN

Los suscritos miembros de la comisión Asesora del Proyecto de Grado: **"Determinar la Relación Existente entre el Estrés y las Actividades Extraescolares en Niños de 5-7 Años de Edad"**, elaborado por las estudiantes: JIMENEZ JIMENEZ KEILI JOHANA, ALVAREZ PAI DIANA LUCELLY Y DIAZ FLOREZ MAYERLI, del programa de Licenciatura en Preescolar, nos permitimos conceptuar que éste cumple con los criterios teóricos y metodológicos exigidos por la Facultad de Educación y por lo tanto se declara como:

Aprobado - Destacado

Medellín, Octubre 16 de 2012

Lic. Gelver Pérez
Presidente

Andrés B. López
Esp. Andrea Bernal
Secretaria

Sonia Lucía Vargas A.
Esp. Sonia Vargas
Vocal

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA ADVENTISTA

Jiménez Jiménez Keili Johana
Estudiante

Álvarez Pai Diana Lucelly
Estudiante

Díaz Florez Mayerli
Estudiante

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA ADVENTISTA

FACULTAD DE EDUCACIÓN

CENTRO DE INVESTIGACIONES

NOTA DE ACEPTACIÓN

Los suscritos miembros de la comisión Asesora del Proyecto de Grado: **"Determinar la Relación Existente Entre el Estrés y las Actividades Extraescolares en los Niños de 5 a 7 Años de Edad"**, elaborado por las estudiantes: MILADYS AYALA PALENCIA, SHIRLY STELLA GAIBAO BOLÍVAR Y LILIBETH RAMÍREZ RODRÍGUEZ, del programa de Licenciatura en Preescolar, nos permitimos conceptuar que éste cumple con los criterios teóricos y metodológicos exigidos por la Facultad de Educación y por lo tanto se declara como:

Aprobado - Sobresaliente.

Medellín, Octubre 17 de 2013

Mg. (c) Gelver Pérez
Presidente

Mg (c). Andrea Bernal
Secretaria

Mg. Jennifer Vega
Vocal

CORPORACIÓN UNIVERSITARIA ADVENTISTA

Miladys Ayala Palencia

Miladys Ayala Palencia
Estudiante

Shirly Gaibao Bolivar

Shirly Stella Gaibao Bolívar
Estudiante

Lilibeth Ramirez R.

Lilibeth Ramírez Rodríguez
Estudiante

AGRADECIMIENTOS Y DEDICATORIA

Primera fase

Agradecemos a Dios por la oportunidad de realizar este estudio, igualmente a todas las personas y entidades que hicieron posible la realización exitosa de este, principalmente a las especialistas Andrea Bernal y Sonia Vargas por su ayuda incondicional, su paciencia, tolerancia y motivación, además por compartir y enseñarnos sus conocimientos durante todo el proceso investigativo.

Dedicamos este proyecto a todas aquellas personas que nos apoyaron incondicionalmente, a nuestros padres, familiares y amigos.

Segunda fase

Agradecemos a Dios primeramente que nos dio todas las capacidades para desarrollar en feliz término este proyecto. También agradecemos a nuestras familias por su apoyo económico y emocional durante el proceso y por ultimo a nuestras asesoras Andrea Bernal y Jennifer Vega por sus esfuerzos y tiempo aplicado a esta segunda fase.

Tabla de contenido

Índice de tablas xiii

RESUMEN DE PROYECTO DE INVESTIGACIÓN xiv

Problema xv

Marco teórico xv

Marco institucional xvi

Marco legal xvi

Marco conceptual xvii

El estrés xvii

Definición xvii

Causas xvii

Consecuencias xviii

Las actividades extraescolares xviii

El estrés y las actividades extraescolares xviii

Método xix

Resultados xix

Conclusiones xxi

CAPÍTULO UNO: EL PROBLEMA 1

Introducción 1

Planteamiento del problema 1

Descripción 1

Formulación del problema 3

Justificación 3

Viabilidad 5

Objetivo general 5
Objetivos específicos 5
Conceptos 6
Delimitaciones 6
Limitaciones 6
Supuestos de la investigación 7
Definición de términos 8
Conclusiones 9
CAPÍTULO DOS – MARCO TEÓRICO 10
Introducción 10
Antecedentes 10
Marco institucional 14
Marco legal 15
Marco conceptual 16
Introducción 16
El estrés 16
Definición 16
Causas 17
Generalidades 21
Perspectivas del estrés 22
Tipos de estrés 23
Consecuencias 24
Recomendaciones para su tratamiento 26
Las actividades extraescolares 27

Definición *27*

Generalidades *28*

Criterios para planear mejor las actividades extraescolares *34*

El estrés y las actividades extraescolares 35

Introducción 35

Generalidades *35*

Consecuencias 37

CAPÍTULO TRES – Metodología 39

Introducción 39

Enfoque de la investigación 39

Tipo de investigación 40

Unidades de análisis 40

Población 41

Muestra 41

Recolección de la información 42

Método *42*

Prueba piloto *42*

Cronograma de actividades: primera fase 2012 43

Cronograma de actividades: segunda fase 2013 46

Presupuesto 48

Conclusión 48

CAPÍTULO CUATRO: ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN 49

Introducción 49

Análisis de las entrevistas y la observación de los niños 50

Análisis de las entrevista de los padres 56
Análisis de las entrevistas de las profesoras..... 60
Análisis individual en la aplicación del manual..... 63
Participante número 1. ..... *63*
Revisión del 1 de agosto del 2013..... *64*
Revisión del 9 de agosto del 2013..... *64*
Revisión del 15 de agosto. *65*
Revisión del 22 de agosto. *65*
Revisión del 29 de agosto. *66*
Revisión del 03 de octubre. *66*
Participante número 2. ..... *66*
Revisión julio 25:..... *67*
Revisión agosto 13: *67*
Revisión septiembre 5 ..... *67*
Participante número 3. ..... *68*
Entrevista telefónica del 26 de julio *69*
Entrevista telefónica del 31 julio *69*
Entrevista telefónica del 7 de agosto..... *70*
Entrevista telefónica del 10 de agosto..... *70*
Entrevista telefónica del 14 de agosto..... *70*
Entrevista telefónica del 06 de septiembre. *70*
Participante número 4. ..... *70*
Entrevista telefónica del 26 julio *71*
Entrevista telefónica del 7 de agosto..... *72*

Entrevista telefónica del 10 de agosto *72*

Entrevista telefónica del 14 de agosto *72*

Entrevista telefónica del 26 de agosto *72*

Entrevista telefónica del 4 de septiembre *73*

Entrevista telefónica del 4 de septiembre *73*

Participante número 5 ..... *73*

Entrevista del 21 de septiembre *74*

Análisis general 74

Conclusión 81

CAPÍTULO CINCO: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES 82

Conclusiones 82

Recomendaciones 84

Recomendaciones para el manual: *85*

Recomendaciones finales *86*

Referencias 87

Anexos 94

Anexo A: Entrevista para los niños *94*

Anexo B: Entrevista para los padres *96*

Anexo C: Entrevista para las profesoras *98*

Anexo D: Formato para transcribir la entrevista *100*

Anexo E: Transcripción de la entrevista *101*

Anexo F: Instrumento de observación *129*

Anexo G: Sistematización de la observación *131*

Anexo H: Claridad y pertinencia del cuestionario evaluado por expertos ... *144*

Anexo I: Claridad y pertinencia del cuestionario evaluado por expertos..... 150

Anexo J: Categorización..... 156

Anexo K: Formato de recolección de información 159

Manual para padres 161

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1..... 43

Tabla 2..... 46

Tabla 3..... 48

RESUMEN DE PROYECTO DE INVESTIGACIÓN

Corporación Universitaria Adventista

Facultad de Educación

Licenciatura en Preescolar

ESTRÉS Y LAS ACTIVIDADES EXTRAESCOLARES EN NIÑOS DE 5-7 AÑOS DE EDAD

Semillero de Desarrollo Cognitivo

Primera fase

Integrantes: Diana Álvarez Pai

Mayerli Díaz Flórez

Keili Jiménez Jiménez

Asesores: Psicóloga y Especialista: Andrea Bernal – Asesor Temático

Docente y Especialista Sonia Vargas – Asesor Metodológico

Fecha de terminación: Octubre 2012

Segunda fase

Integrantes: Lilibeth Ramirez

Miladys Ayala Palencia

Shirly Gaibao Bolívar

Asesores: Psicóloga y Especialista Andrea Bernal – Asesor Temático

Docente y Magister Jeniffer Vega – Asesor Metodológico

Fecha de terminación: 17 de octubre del 2013

Problema

Actualmente los padres son presionados por la influencia de una sociedad de consumo y superación que hace que ellos inscriban a sus hijos en algunas actividades extraescolares, sin importar si tienen o no los recursos o medios económicos para incluirlos en ellas, pues su fin es desarrollar un mayor potencial en el desarrollo de sus hijos; sin saber que aquello podría acarrear en los niños problemas asociados al estrés infantil.

La psicóloga Jaimes (2002), escribe en la revista "Ser Padres Hoy", que la exigencia escolar y otros factores de tipo social y familiar, pueden llegar a afectar de manera importante el desempeño escolar y la salud del menor (p. 25).

Como se puede observar, la investigación va encaminada a la comprensión y la búsqueda del balance ideal que deben tener el entorno y la demandas sociales con respecto a los avances y desarrollo de las potencialidades de los menores, ya que es notable la importancia de la superación de la sociedad, sin embargo, es necesario tener un equilibrio que beneficie en un crecimiento integral a los niños.

Marco teórico

En la investigación “Implicaciones de la crianza en la regulación del estrés”, realizada por Marta Martínez, profesora investigadora de la Universidad CES se resalta el papel de la crianza sensible para promover el desarrollo de sistemas autor-regulatorios adecuados, y el peligro de las experiencias de negligencia y

estrés crónico en los niños y niñas pequeños; al final presentan acciones, con base en la evidencia disponible, para disminuir el estrés crónico en la crianza.

En la investigación “La naturaleza cercana como moderadora del estrés infantil”, realizada el 2011 se estableció una investigación centrada en el estudio de la relación entre la cantidad de naturaleza de los entornos cotidianos de los niños y el modo en que éstos afrontan eventos estresantes. Resultados de estudios previos permiten pensar que cuanto mayor sea la cantidad de naturaleza en el entorno cotidiano de los niños, menor será el nivel de estrés infantil.

Marco institucional

El presente proyecto: “Determinar la relación existente entre el estrés y las actividades extraescolares en los niños de 5 a 7 años de edad”, se encuentra adscrito a la Facultad de Educación de la Corporación Universitaria Adventista. Esta pertenece al sistema mundial de educación de la Iglesia Adventista del Séptimo Día, por tanto, sigue la filosofía de educación adventista que es asegurar para su juventud una educación equilibrada integralmente y los ideales que tienen a Dios por fuente de todo valor moral y toda verdad, tanto para esta vida como para la venidera.

Marco legal

Para el marco legal se tomarán los artículos del código de infancia y la adolescencia (Ley 1098 de 2006) pertinentes a la pregunta de investigación, la cual permitirá al lector visualizar los derechos de los niños que Colombia expone actualmente.

Marco conceptual

El estrés

Definición

Autores como Torres, Mª Victoria, Mena, M., Baena, Fernandez. Espejo, Milagro., Montero, E., & Sánchez, Á (2009), mencionan el auge de este tipo de investigaciones referentes al estrés infantil, haciendo enfasis que el estrés infantil se define como “las frustrantes demandas y contrariedades que acarrea la interacción cotidiana con el medio ambiente, se trata de sucesos o circunstancias de alta frecuencia, baja intensidad y alta predictibilidad”.

Lo anterior es apoyado por Álvares (citdo por Martín E. F., 2010), ya que propone que “el estrés cotidiano infantil puede definirse como la falta de respuesta adecuada a las exigencias de la vida diaria” (p. 55).

Causas

El autor Gooyder (citado por Buendía & Mira, 1993), menciona que,

La personalidad del niño y causas familiares como muerte de un ser querido, las transiciones conyugales son algunas causas del estrés en los niños. También son importantes las causas extra-familiares como las experiencias negativas en el centro de desarrollo, el estrés en ambientes educativos formales.

Las causas del estrés infantil son muy variadas y de múltiples fuentes, pero lo que tienen en común es que todas las causas tienen que ver con el entorno en el que el niño se desenvuelve. Las causas del estrés definen las reacciones que el menor va a asumir, pues según el estímulo se presentan

variedad de respuestas ante las cuales el niño debe tomar la decisión de adoptarlas o no.

Consecuencias

Las consecuencias del estrés en los niños pueden ser variadas y afectar desde la salud, las emociones y el comportamiento. Las consecuencias del estrés están muy relacionadas con las causas que lo generaron. Se puede afirmar que el estrés tiene consecuencias físicas, psicológicas y emocionales en el organismo, de tal manera que si no se trata a tiempo puede perjudicar al individuo de manera más profunda e irreversible.

Las actividades extraescolares

Aparicio (2008), menciona que “las actividades extraescolares son aquellas que se realizan fuera del horario lectivo. Su objetivo principal es que el niño aprenda divirtiéndose, al mismo tiempo que le sirven de deshago y distracción en sus obligaciones y quehaceres diarios”.

El estrés y las actividades extraescolares

Soldano (2004), menciona que el niño comienza el día y termina por la noche agotado por las múltiples actividades. Además, Durán (2005), sigue argumentando que las actividades extraescolares son tan frecuentes y cotidianas que, en la práctica se han convertido en una simple prolongación de la jornada escolar. Las actividades extraescolares son buenas siempre y cuando no se lleve al uso excesivo de ellas ya que pueden causar estrés en los niños como lo afirma

Navas & Castejón, (2011) al decir que las actividades extraescolares es uno de los principales generadores del estrés infantil.

Método

El método utilizado para la investigación en la primera fase fue la observación y tres tipos de entrevistas semi-estructuradas donde se incluyeron las dos variables: el estrés infantil y las actividades extraescolares; estas entrevistas fueron diseñadas especialmente para los maestros, padres e hijos de 5–7 años de edad, del grado transición y primero de la escuela “El Noral”, en la ciudad de Medellín, que se encuentran inscritos en deferentes actividades extraescolares. Esta entrevista se aplicó a nueve niños con sus respectivos padres y maestras.

El método utilizado para la segunda fase, fue la entrevista abierta y semi-estructurada, donde las preguntas eran enfocadas a las actitudes de padres y niños. Estas entrevistas se aplicaron a los padres de los niños inscritos en actividades extraescolares. Se aplicó a 5 padres de niños estudiantes de la escuela “El Noral” de la ciudad de Medellín.

Resultados

En esta investigación en su primera fase se contó con la participación de padres y maestras de niños de 5 a 7 años de la escuela "El Noral" en Medellín, inscritos en diferentes actividades extraescolares.

Analizando las repuestas de la observación y entrevistas los resultados fueron:

Los padres y los maestros han adquirido un conocimiento acerca del estrés infantil desde sus experiencias, ya que el tiempo que han tenido con los niños los han llevado a conocerlos, sin embargo no han tenido alguna orientación por expertos (capacitaciones, lecturas: manuales, internet, etc.)

El estrés que presentan los niños está siendo pasado por alto por los padres y maestros, ya que ellos consideran que el comportamiento que presenta los menores es normal a su edad.

La investigación indica que las actividades extraescolares están generando en los niños estrés, pues los menores no tienen suficiente tiempo para descansar y para desarrollar el juego libre.

En esta segunda fase participaron 5 padres de niños estudiantes de la escuela “El Noral” de Medellín y que estaban inscritos en actividades extraescolares, a los cuales se les aplicaron entrevistas semanales.

Después de analizar la aplicación del manual con estos padres; se encontró que:

Los padres no son conscientes del estrés que pueden llegar a generar las actividades extraescolares en el niño aun cuando estas sean de su agrado.

Los padres tienen una buena actitud frente a la ayuda que se les pueda brindar a sus hijos (en este caso el manual) pero no dedican tiempo suficiente para la debida aplicación.

Conclusiones

Primera fase

El exceso de actividades extraescolares estresan a los niños a pesar que estas sean de su agrado.

Una sola actividad extraescolar puede generar estrés en el niño, si esta no es de su agrado.

Los niños manifiestan a sus maestros y padres el agrado o desagrado al realizar las actividades. Pero ellos no perciben que esta actividad extraescolar le está generando estrés al niño.

Los padres desean que mientras que ellos no están en casa sus hijos aprovechen el tiempo libre, que su rendimiento académico aumente al igual sus potencialidades.

Tanto padres y maestros no tienen suficiente conocimiento acerca del estrés infantil y sobre las estrategias que deben emplear, pero responden ante la problemática de acuerdo a sus experiencias.

Segunda fase

Muchos de los padres que inscriben a sus hijos en actividades extraescolares lo hacen para mantener ocupado el tiempo de sus hijos y no para estimular su conocimiento.

Algunos de los padres no manifiestan interés por la problemática presentada y por lo tanto no dedican tiempo de calidad a sus hijos para disminuir el estrés causado por las actividades extraescolares.

Los niños manifiestan su estrés por las actividades pero los padres no perciben con claridad los síntomas y se excluyen de la problemática porque creen que el estrés es algo extremo.

CAPÍTULO UNO: EL PROBLEMA

Introducción

En el presente estudio se investigará cómo las actividades extraescolares dirigidas con exceso de estimulación influyen en el desarrollo cognitivo de los niños.

En este capítulo se plantea el problema de investigación, la descripción del problema, la formulación del problema, la justificación, los objetivos, los conceptos básicos, las limitaciones, delimitaciones, los supuestos de investigación y finalmente la definición de términos.

Planteamiento del problema

Descripción

En la actualidad los padres procuran un mayor potencial en el desarrollo de sus hijos utilizando los recursos que tienen a la mano, y otros de difícil adquisición, es decir, que aunque no tengan los medios, hacen todo lo posible para obtenerlos y así lograr sus objetivos, perdiendo de vista (por supuesto sin proponérselo otras áreas de su desempeño como la social, familiar y emocional), el bienestar integral de sus niños.

Para reforzar lo anteriormente dicho, Stein (2006), afirma que el entorno social postmoderno en el que nacen hoy los niños, sugiere un avance prematuro de las habilidades que deben desarrollar los menores, para así medir su nivel de inteligencia. Asediados por la presión social, los padres hacen esfuerzos especiales para producir en los infantes logros a los que aparentemente deberían arribar. De esta manera, los sobrecargan de estímulos para alcanzar ciertos objetivos, pretendiendo desarrollar una inteligencia especial y otras habilidades que deberían relucir en edades más avanzadas. Es decir, estas metas son estipuladas por la sociedad en base a mitos, mas no están ligadas propiamente a las necesidades del niño (p. 23).

Esta demanda postmoderna influenciada por una sociedad de consumo y superación, presiona a los padres a conseguir actividades extraescolares para los niños, sin saber que aquello podría acarrear problemas asociados al estrés infantil.

Según Fierro (citado en Trianes, 2003), el estrés viene por la presencia de desafíos externos o impuestos a los que el sujeto se enfrenta, pero con lo cual cuenta con recursos limitados para hacer frente a dicha situación (p. 24).

Además, Trianes (2003), menciona que “si el niño va por primera vez a la escuela y se encuentra con muchas demandas a las que tiene que responder de parte del profesor, los compañeros y las tareas, esto se torna en una situación estresante para el menor” (p.24).

Es decir, la presión académica que se ejerce en el niño, puede llegar a generar reacciones asociadas con el estrés, aunque esta influencia no se realice de manera voluntaria por parte del entorno.

Respecto a lo anteriormente mencionado, la psicóloga Jaimes (2002), escribe en la revista “Ser Padres Hoy”, que la exigencia escolar y otros factores de tipo social y familiar, pueden llegar a afectar de manera importante el desempeño escolar y la salud del menor (p. 25).

Como se puede observar, la investigación va encaminada a la comprensión y la búsqueda del balance ideal que deben tener el entorno y la demandas sociales con respecto a los avances y desarrollo de las potencialidades de los menores, ya que es notable la importancia de la superación de la sociedad, sin embargo, es necesario tener un equilibrio que beneficie el crecimiento integral a los niños.

Formulación del problema

La pregunta que constituye el problema de investigación es:

¿Cuál es la relación existente entre el estrés y las actividades extraescolares de los niños de 5 a 7 años de edad?

Justificación

Actualmente las demandas de la postmodernidad, exige a los padres cumplir con las peticiones del sector comercial y consumista, para mantener un nivel aceptado en la sociedad, como consecuencia se hace necesario que involucren a sus hijos en actividades extraescolares que pueden llegar a generar estrés en ellos.

Respecto a los anteriormente mencionado, Kuzman (2005) dice: “La vida diaria, con el estrés y el peso de la aceptación social, los logros académicos, el éxito laboral, tiende a absorber más energías psicológicas de lo que piensa, ya sea joven o adulto” (p. 26).

La necesidad de tener niños más sanos integralmente, para una sociedad más productiva, genera el interés de direccionar esta investigación al mejoramiento de la calidad de vida de los menores con la problemática del estrés, queriendo además, lograr una concientización de los padres y maestros de la importancia de llevar un balance de las cargas puestas a los niños con respecto a las tareas y cursos en los que están inmersos.

El padre y el maestro podrán progresivamente aprender las pautas que le ayudarán a potencializar el desarrollo cognitivo de sus niños, sin necesidad de una estimulación excesiva, cumpliendo así sus objetivos con el menor, pero sin realizar en los niños impactos negativos en su desarrollo.

De igual modo, los mayores a cargo del menor sabrán identificar las conductas típicas del estrés, con las que deben estar atentos para su pronto tratamiento, y de esta manera beneficiar a la primera infancia.

El propósito de la investigación es proporcionar estrategias que brinden herramientas a los padres y maestros para que los niños vivan en un ambiente libre de presiones y con las condiciones adecuadas para su desarrollo integral, por ello es fundamental iniciar con la instrucción de padres y maestros para así brindarles a los niños una mejor calidad de vida y un desarrollo óptimo, al tener un balance en la adquisición de sus conocimientos, sin dejar a un lado la vivencia de sus etapas infantiles, el juego y el cuidado de su cuerpo.

Viabilidad

Para la primera fase, los investigadores tienen fácil acceso al objeto de estudio y cuentan con los recursos necesarios para su desarrollo. Se cuenta con un buen material bibliográfico actualizado sobre el estrés infantil.

En la segunda fase, Las investigadoras tienen fácil acceso a la población, ya que la mayoría de esta fue elegida en la primera fase. Los padres permiten el acceso de las investigadoras para la realización del manual.

Objetivo general

Contribuir al conocimiento de los padres y maestros sobre la problemática del estrés infantil generado por las actividades extraescolares.

Objetivos específicos

Describir las características del estrés generado por el uso de las actividades extraescolares en los niños de 5 a 7 años de edad.

Crear estrategias pedagógicas para el manejo del estrés infantil y el uso equilibrado de las actividades extraescolares del infante.

Concientizar a los padres y maestros de las consecuencias que genera el estrés por el uso inadecuado de las actividades extraescolares.

Crear e Implementar un material de apoyo para los padres y docentes que necesitan llevar un balance adecuado en el uso de las actividades extraescolares de sus niños de 5 a 7 años de edad.

Conceptos

Los conceptos de estudio son: el estrés infantil, y las actividades extraescolares, estos serán los hilos conductores de toda la investigación.

Delimitaciones

Las delimitaciones son límites de estudio que se impone el investigador. Es decir, “decide por auto-imposición abstenerse de ellos” (Grajales, 2000). El investigador puede delimitar el tópico, la población, los rangos de edad, el género etc. Esta investigación delimita el tiempo, los tópicos o temas de estudio, la edad de la muestra y la población por investigar. Es decir, las delimitaciones que se han establecido son:

Las investigadoras se proponen desarrollar esta investigación en el trascurso del 2012 al 2013, y se realizará con los niños de 5 a 7 años de la escuela “El Noral” de la ciudad de Medellín, que están inscritos en diferentes actividades extraescolares.

En el 2012 se llevara a cabo la primera fase, que consiste terminar la investigación, y la segunda fase se realizara en el año 2013 con la creación y la aplicación del material de apoyo para padres y maestros junto con escuelas de padres.

Limitaciones

Las limitaciones que se han establecido son:

Escases de recursos bibliográficos respecto a la interrelación de las variables. Disponibilidad de tiempo de los padres y maestros para responder la entrevista, y permitir la observación.

Para la realización de la segunda fase, se consideraron los siguientes limitantes:

Concordancia entre el tiempo de los padres y el de las investigadoras para recolectar la información semanal del manual.

Recursos económicos teniendo en cuenta que fue necesario realizar constantes llamadas telefónicas e imprimir los diferentes manuales.

Supuestos de la investigación

Según Van Pelt (2008), Los padres se encuentran gran satisfacción en el avance del desarrollo cognitivo, pero viven en constante competitividad con respecto a otros padres que tienen hijos en las mismas edades que los suyos, según la autora, esto genera en los niños gran frustración, ya que el valor del individuo no debe medirse por su coeficiente intelectual (p. 29).

Por otra parte, White (2004), manifiesta que:

> Durante los primeros seis o siete años de vida del niño, debería dedicarse especial atención a su educación física antes que a la intelectual. Si su constitución física es buena, después de este periodo debieran recibir atención ambos tipos de educación (p. 280).

Según lo anterior, es necesario que al niño se le respete el desarrollo individual e integral de su persona, a través del juego, libre de presiones y

responsabilidades que generen ansiedades, ya que cada etapa de la vida requiere de demandas específicas que resultan inútiles adelantar, pues cada momento de la vida tiene su propia demanda.

Definición de términos

A continuación se definirán los términos correspondientes al tema de investigación:

Estrés infantil: Es la presencia de una situación que altera el equilibrio fisiológico y psicológico del organismo, reflejado en un estado de activación marcado por una serie de consecuencias para el niño de tipo neurológico, cognitivo y emocional ya su vez perturbando la adaptación de la persona.

Actividades extraescolares: Son todas aquellas actividades que se realizan en los centros escolares después del horario de clases, y que en su origen tuvieron un carácter de complementariedad educativa pero que en la actualidad se ha diversificado hacia las artes, los deportes, las actividades culturales y el ocio.

Estimulación: Es alentar el talento innato que tienen los bebes y los niños para aprender con facilidad, teniendo en cuenta los distintos periodos sensitivos y cognitivos del pequeños.

Estresores: Se entiende como algo asociado a circunstancias o acontecimientos externos al sujeto que son dañinos, amenazadores o ambiguos, en definitiva, que pueden alterar el funcionamiento del organismo y/o el bienestar e integridad psicológica de la persona. A dichas situaciones, acontecimientos o estimulación ambiental se denomina estresores.

Conclusiones

El presente capítulo consistió en especificar el planteamiento del problema, la descripción, la formulación del problema, la justificación, los objetivos, las preguntas de investigación, los conceptos, las delimitaciones, las limitaciones, los supuestos de investigación y finalmente la definición de términos.

CAPÍTULO DOS – MARCO TEÓRICO

Introducción

En el presente capítulo se presentará el rastreo bibliográfico de los conceptos determinados para esta investigación. Su propósito es ayudar al lector a encontrar la información pertinente para entender el tema con más claridad y contextualizarse dentro de los propósitos de la investigación.

Antecedentes

Los antecedentes mostrados a continuación son investigaciones realizadas acerca del estrés infantil:

En la investigación “Implicaciones de la crianza en la regulación del estrés”, realizada por Marta Martínez, profesora investigadora de la Universidad CES, y por María Cristina García, profesora investigadora del Doctorado en Ciencias Sociales, Niñez y Juventud del Centro de Estudios Avanzados en Niñez y Juventud de la Universidad de Manizales-Cinde. Centraron los datos de su investigación en el funcionamiento del eje hipotálamo-hipófisis-suprarrenal, y en la manera como las experiencias tempranas de estrés pueden configurar la reactividad del sistema. Resaltan el papel de la crianza sensible para promover el desarrollo de sistemas autor-regulatorios adecuados, y el peligro de las experiencias de negligencia y estrés crónico en los niños y niñas pequeños.

Al final presentan acciones, con base en la evidencia disponible, para disminuir el estrés crónico en la crianza.

En la investigación “La naturaleza cercana como moderadora del estrés infantil”, realizada el por Corraliza y Collado (2011) de Universidad Autónoma de Madrid. Establecieron una investigación centrada en el estudio de la relación entre la cantidad de naturaleza de los entornos cotidianos de los niños y el modo en que éstos afrontan eventos estresantes. Resultados de estudios previos permiten pensar que cuanto mayor sea la cantidad de naturaleza en el entorno cotidiano de los niños, menor será el nivel de estrés infantil. Comparando el nivel de estrés de niños expuestos a igual frecuencia de situaciones adversas, aquél que disfrute de un mayor contacto con áreas verdes mostrará menos estrés que el que no tenga la posibilidad de pasar tiempo en contacto con el mundo natural. Ésta evidencia es conocida como el efecto moderador de la naturaleza. El presente trabajo aporta evidencias empíricas del efecto amortiguador de la naturaleza del entorno residencial y del entorno escolar sobre el estrés de los niños de manera que cuanto mayor es el acceso de los más pequeños a las áreas naturales cercanas, mayor es su capacidad para sobrellevar situaciones adversas.

M'' Victoria Trianes Torres, M'' José Blanca Mena, Francisco J. Fernández Baena, Milagros Escobar Espejo, Enrique F. Maldonado Montero y Ángela M^ Muñoz Sánchez de la Universidad de Málaga, realizaron una investigación en el año 2009, titulada: “Evaluación del estrés infantil: Inventario Infantil de Estresores Cotidianos”, el cual estudio ofrece una nueva medida para la evaluación del estrés cotidiano en población escolar mediante el desarrollo del Inventario Infantil de Estresores

Cotidianos (IIEC). La administración del instrumento se realizó en una muestra de 1.094 alumnos de Educación Primaria. La versión final del inventario se compone de 25 ítems dicotómicos referentes a los ámbitos de salud, escuela/iguales y familia. Su puntuación se obtiene sumando el número de respuestas afirmativas. Se presenta un análisis de sus propiedades psicométricas, incluyendo análisis de ítems, consistencia interna, fiabilidad test-retest y diversas evidencias externas de validez basadas en sus relaciones con otras variables. Los resultados muestran propiedades psicométricas adecuadas para la evaluación del estrés cotidiano en la población infantil.

En otra instancia, los antecedentes mostrados a continuación son referentes a las actividades extraescolares:

Rodríguez, Carmona y Bakieva, (2011). Realizaron una investigación que tiene por título: “Actividades extraescolares y rendimiento académico: diferencias en auto concepto y género”. El propósito de este estudio fue examinar la relación entre tipo de auto concepto (académico y general) y realización de actividades extraescolares en el rendimiento académico en alumnos de Educación Primaria (N = 1708), así como determinar las diferencias de esta relación en cuanto al género. Se utilizó un sistema de muestreo por conglomerados y estratificado en dos etapas, administrando pruebas estandarizadas de rendimiento y un instrumento diseñado ad-hoc para auto concepto académico, general y actividades extraescolares. Los resultados mostraron que los sujetos que realizaban actividades extraescolares de tipo académico como idiomas e informática obtuvieron mejores resultados en todas las materias de rendimiento académico. Sin embargo, aquellos que realizaban

música y deportes también obtuvieron mejores resultados en algunas de las materias de rendimiento. Como conclusión, cabe destacar las diferencias encontradas.

Alonso, Rafael Feito (2007). Realizó una investigación que tiene por título: “Tiempos escolares”. El artículo desmonta punto por punto las supuestas ventajas que, según sus defensores, tiene la jornada continua, como las relativas al cansancio del alumnado, su rendimiento, la mejora de la vida familiar o las actividades extraescolares. Y advierte sobre dos riesgos importantes: el deterioro de la convivencia entre profesorado y familias, y el trasvase de ciertos sectores sociales de la pública a la privada.

Vázquez y Manassero (2007) Han realizado una investigación que tiene como título: “Las actividades extraescolares relacionadas con la ciencia y la tecnología”. El entorno natural y artificial constituye un amplio recurso educativo en cuyo marco suceden las experiencias básicas que contribuyen al proceso de desarrollo de los seres humanos. Estas experiencias son la fuente de los conocimientos previos que los estudiantes aportan a la escuela y que son clave para construir los aprendizajes escolares científicos. Este artículo reporta los resultados de un estudio que aborda las experiencias extraescolares relacionadas con la ciencia y la tecnología, mediante la aplicación de una lista inventario a una muestra de estudiantes que terminaron la enseñanza obligatoria (educación básica). Los resultados muestran una frecuencia global de experiencias relativamente baja, caracterizada por algunas diferencias cualitativas y cuantitativas, según algunas variables de agrupamiento como el género, la elección de asignaturas de ciencias y los diferentes temas y disciplinas científicos. A pesar de su importancia para el aprendizaje, el currículo escolar suele ignorar esta experiencia previa de los

estudiantes. Finalmente, se discute el interés de estos resultados para lograr currículos de ciencia y tecnología más equitativos, desde una perspectiva de la enseñanza de la ciencia para todos y humanista.

Marco institucional

El proyecto de investigación que lleva por título “Determinar la relación existente entre el estrés y las actividades extraescolares en los niños de 5 a 7 años”, realizado por las estudiantes de VIII semestre de Licenciatura en educación preescolar se encuentra adscrito a la Facultad de Educación de la Corporación Universitaria Adventista, ubicada en la carrera 84 33AA-1 del barrio la castellana.

La Corporación Universitaria Adventista pertenece al sistema mundial de educación de la Iglesia Adventista del Séptimo Día, por tanto, sigue la filosofía de educación adventista: La Iglesia posee un sistema educativo que asegura para su juventud una educación equilibrada, en lo físico, lo moral, social y vocacional, en armonía con las normas denominaciones y los ideales que tienen a Dios por fuente de todo valor moral y toda verdad. Su mente y voluntad revelada constituyen el criterio de lo bueno y de lo malo. La iglesia se interesa en el óptimo desarrollado del niño en todo aspecto, tanto para esta vida como para la venidera.

Marco legal

Para el marco legal se tomarán los artículos del código de infancia y la adolescencia (Ley 1098 de 2006) pertinentes a la pregunta de investigación, la cual permitirá al lector visualizar los derechos de los niños que Colombia expone actualmente.

Artículo 30: Derecho a la recreación, participación en la vida cultural y en las artes. Los niños, las niñas y los adolescentes tienen derecho al descanso, esparcimiento, al juego y demás actividades recreativas propias de su ciclo vital y a participar en la vida cultural y las artes.

Artículo 41_Item 34: Obligaciones del estado: Asegurar la presencia del niño, niña o adolescente en todas las actuaciones que sean de su interés o que los involucren cualquiera sea su naturaleza, adoptar las medidas necesarias para salvaguardar su integridad física y psicológica y garantizar el cumplimiento de los términos señalados en la ley o en los reglamentos frente al debido proceso. Procurar la presencia en dichas actuaciones de sus padres, de las personas responsables o de su representante legal.

La ley general de educación, 1994, (Citada por Martín, 2007), declara en el artículo 16, los objetivos específicos de la educación preescolar como:

El crecimiento armónico y equilibrado del niño, de la tal manera que facilite la motricidad. El apretamiento y la motivación para la lecto-escritura y para la solución de problemas que impliquen relaciones y operaciones matemáticas.

La participación en actividades lúdicas con otros niños y adultos.

El desarrollo de la capacidad para adquirir formas de expresión, relación y comunicación y para establecer relaciones de reciprocidad y participación, de acuerdo con normas de respecto. Solidaridad y convivencia.

Marco conceptual

Introducción

A continuación se darán a conocer las diferentes teorías y generalidades del estrés y de las actividades extraescolares que señalará la fundamentación en la tesis de esta investigación, además, se fusionarán los dos conceptos para luego determinar las consecuencia del uso de las actividades extraescolares y su incidencia en el estrés infantil.

El estrés

Muchos teóricos como Maria Victoria Triana, Eugenia Fernández, Gooyder, entre otros, hablan acerca del estrés y lo extienden al campo de la salud integral de la infancia, a continuación se observarán algunas de sus teórias para comparar, corroborar y analizar dichos contenido, de esa manera desarrollar la fundamentación teórica de este proyecto de investigacion.

Definición

Autores como Torres, Baena, Fernandez, Montero y Sánchez (2009), mencionan el auge de este tipo de investigaciones referentes al estrés infantil, haciendo enfasis que el estrés infantil se define como “las frustrantes demandas y

contrariedades que acarrea la interacción cotidiana con el medio ambiente, se trata de sucesos o circunstancias de alta frecuencia, baja intensidad y alta predictibilidad".

Lo anterior es apoyado por Selye (1936, 1978), cuando dice que "el estrés es considerado como las reacciones o respuestas fisiológicas que sufre o experimenta un sujeto, provocada por estímulos estresores determinados y que requieren de adaptación por el mismo" (p. 55).

De manera mas clara y acertada Álvares (citdo por Martín E. F., 2010), propone que "el estrés cotidiano infantil puede definirse como la falta de respuesta adecuada a las exigencias de la vida diaria" (p. 55).

Teniendo en cuenta los anteriores aportes se puede decir que el estrés es considerado como la consecuencia de las muchas demandas expuestas por el entorno, a lo cual el sujeto (en este caso el niño), se siente incapacitado para responder de manera acertada y propicia, no obstante, ese estrés se manifiesta de maneras diferentes según sea la causa y también según la individualidad del ser.

Causas

El autor Gooyder (citado por Buendía & Mira, 1993), menciona que,

La personalidad del niño y causas familiares como muerte de un ser querido, las transiciones conyugales, el trabajo arduo de un miembro de la familia y el maltrato. También son importantes las causas extra-familiares como las experiencias negativas en el centro de desarrollo, el estrés en ambientes educativos formales, el ocasionado por desastres naturales, otros eventos traumáticos o violentos como los vistos en los medios (p. 14).

Sin embargo, se pueden encontrar otras causas del estrés en los niños.

Carranza (2010), menciona que algunas situaciones académicas, como lo son las bajas calificaciones por la inadaptación de las rutinas escolares y la presión y el regaño de los padres con respecto a esto, también maestros muy estrictos o la falta de acompañamiento de los padres en las responsabilidades académicas de los menores, son entes generadores de estrés en los niños, quienes muestran reacciones negativas y de rechazo frente a la causa del problema (p. 74).

El estrés infantil también es manifestado por niños con algunas limitaciones físicas, o también si el niño debe permanecer en hospitalizado, Carranza (2010), explica que el niño, al no poder hacer las mismas cosas que el resto de niños de su edad se siente estresado, y que en caso de hospitalización los niños sienten ansiedad (p. 62).

Como se puede observar, las causas del estrés infantil son muy variadas y de múltiples fuentes, pero lo que tienen en común es que todas las causas tienen que ver con el entorno en el que el niño se desenvuelve.

Un aspecto relevante en la causalidad del estrés es el concepto de estresores. Respecto a esto, Trianes (2003), menciona que los estresores son circunstancias o acontecimientos extremos al sujeto que le son amenazadores, ambiguos o dañinos, en definitiva, que puedan alterar el funcionamiento del organismo o interferir en el bienestar integral de la persona (p. 15).

Por su parte, Filippis (2008), menciona que los estresores más comunes en los niños son “Los abusos verbales, físicos, sexuales” (p. 75).

Es decir, los estresores son las causas o circunstancias generadoras de estrés. En este caso, como ya se mencionó anteriormente, los estresores en los niños pueden ser: la muerte de un ser querido, el nacimiento de un hermanito, algún

tipo de abuso físico, sexual o verbal, e incluso, la presión escolar o las muchas demandas de las actividades escolares o extraescolares que se presentan al niño como responsabilidades a las que el menor se siente imposibilitado para responder.

El Equipo de Especialistas de Medicinas Alternativas (2006), dice que los estresores actuan afectando al individuo dependiendo de la vulnerabilidad de este. La vulnerabilidad esta conformada por los recursos y estrategias de las que dispone el niño para hacer frente a los estresores, esos recursos son personales, como: la edad evolutiva del menor, el sexo, las habilidades sociales y el autoestima; ahora bien, el apoyo brindado en el circulo familiar, el nivel socioeconomico, etc. vienen a ser los recursos ambientales.

Los mismos investigadores mencionan que los niños menores de seis años son más vulnerables ante cualquier tipo de estresores, pusto que no son capaces de pensar en los eventos de manera integral los eventos nuevos, ni son capaces de elegir ante el abanico de posibilidades de reaccion. Es decir, ante un acontecimiento no relacionan los eventos con su propia realidad ni modifican su conducta para responder correctamente ante un estímulo.

Los autores también hablan de los estresores según su naturaleza, la clasificación es la siguiente:

Estresores originados dentro del circulo familiar, como son el divorcio, el duelo o el maltrato físico o abuso sexual. El tiempo al que esta expuesto el niño ante el estresor es un factor importante para el nivel de afectación, además este tipo de estresor es más perjudicial que el orignado fuera del contexto familiar.

Los estresores que actuan directamente en el niño marcan de manera más profunda que los hechos que afectan el entorno familiar o sobre el grupo de iguales.

Los estresores que hacen al niño objeto directo de acontecimientos tramatizantes, pues afectan al niño como testigo presencial.

La gravedad del estresor la determina el tiempo de duración y si el estresor es irreversible o tiene solución, además, los estresores producidos por consecuencia de un comportamiento humano son los más perjudiciales (pp. 46-48).

Como se puede observar, los estresores son la fuente generadora del estrés, especialmente el estrés en los niños está enmarcado a su falta de madurez y a la inexperiencia a la hora de enfrentarse ante los desafios del entorno, además al desconocimmiento parcial de sus emociones y de cómo expresarlas de manera adecuada.

En conclusión, los estresores según Topping (2011) son “los hechos y circunstancias (demandas) que crean el estrés” (p. 20).

Las causas del estrés definen las reacciones que el menor va a asumir, pues según el estímulo se presentan variedad de respuestas ante las cuales el niño debe tomar la decisión de adoptarlas o no. Sin embargo, esto depende en gran medida del temperamento y la personalidad del niño además del entorno en el que este se desenvuelve, ya que el medio espera respuestas específicas, así mismo el contexto le enseña, aunque inconscientemente, como debe responder.

Generalidades

Anteriormente se creía que el estrés era un problema solo de los adultos y que los niños en su inocencia y lozaneada edad carecían de estos inconvenientes típicos de las personas con grandes responsabilidades en la vida, pero hoy, desde la perspectiva de la psicología infantil, se ha notado que los niños también sufren de estrés, y el no manejarlo adecuadamente puede tener consecuencias en el desarrollo integral de los menores con este tipo presiones.

Un niño con estrés se identifica por algunas características especiales, Villalón (1998), menciona que los niños con estrés pueden mostrarse “ansiosos, retraídos y dependientes de los adultos; no están dispuestos a enfrentar situaciones nuevas y manifiestan diversos temores. Pueden presentarse síntomas físicos, como dolor de cabeza, náuseas, dolor de estómago” (p. 90).

Por otra parte, Trianes (2002) sugiere reacciones cognitivas como: “Baja autoestima, teorías o pensamientos negativos, indefensión” y reacciones conductuales como: “Inhibición, pasividad, trastornos del sueño, trastornos de la alimentación, problemas conductuales”, a lo problemas emocionales agrega: “Irritabilidad y labilidad emocional, depresión, temores y fobias, agresividad” (p. 25).

Trianes y Villalón, coinciden en algunos aspectos, pero Trianes es más extensa en sus descripciones ya que realizó un estudio profundo acerca del estrés infantil.

Además de las reacciones mencionadas anteriormente, el equipo de Especialistas de medicinas alternativas (2006), aporta otras manifestaciones de estrés en los niños, como son los problemas dermatológicos, cambios en la dieta, problemas de rendimiento escolar, conductas regresivas (no hablar, succionarse el

dedo, no controlar los esfinteres), disminución de la memoria inmediata, sudor en la palma de las manos, apego excesivo a un adulto, etc. (p. 49).

Perspectivas del estrés

El estrés se puede ver desde diferentes perspectivas, es decir, cada autor toman un punto departida para analizar el estrés, sus causas y sus efectos en el organismo. A continuación se observaran las diferentes perspectivas del estrés.

Pereda (2007), menciona que muchos autores abordan el estrés desde tres perspectivas que son:

Estrés como estímulo o acontecimiento: es decir, son las demandas del entorno que permiten al niño realizar cambios adaptativos, provocándole un aumento de la tensión emocional y dificultando los patrones normales de respuesta. Dentro de ese estrés como acontecimientos la autora menciona los principales tipos de estresores que afectan la conducta del menor, estos son:

Estresores agudos: los cuales están limitados en el tiempo. (Por ejemplo, la visita del niño al médico).

Estresores intermitentes crónicos, son los que ocurren cada tiempo determinados (Por ejemplo, pasar las pruebas escolares).

Estresores crónicos continuos, son los que ocurren de manera continua (Por ejemplo, que el niño sea objeto de abusos físicos recurrentes por parte de sus padres).

Estrés como respuesta adoptada por el organismo: es decir, que cada niño adopta una posición diferente ante una misma situación estresante, “estas

reacciones pueden traducirse en alteraciones perceptivas, motivacionales, conductuales, etc.”

Estrés como interacción entre un organismo y su entorno: es decir, el efecto que causa el evento estresante en el menor, pero no se puede determinar una respuesta determinada ya que puede irse a los extremos: adecuación/adaptación o inadecuación/inadaptación a los requerimientos del medio (pp. 23, 24).

Tipos de estrés

Topping (2011), menciona que existen 2 tipos de estrés el eustrés (el estrés positivo), y el distrés (el estrés negativo).

Eustrés, hace referencia al estrés positivo, indica que con el eustrés las personas son más productivas y se sienten estimuladas, llenos de energía, optimistas, en control, por lo que nos enfrentamos a acontecimientos que desafían. Después de ese estimulo, el cuerpo vuelve a su estado de equilibrio apacible en un periodo de tiempo razonable, sin las secuelas negativas sobre el cuerpo y las emociones que caracteriza al distrés.

Distrés, es el estrés negativo, menciona que este estrés se expresa en psicopatologías como son el dolor de cabeza, de estómago, el cansancio. Este distrés también se manifiesta en reacciones emocionales negativas como angustia, sentimiento de abandono, decepción, etc. Lo que indica que la persona no domina la situación de forma adecuada (pp. 21, 22).

Por otra parte, Gómez, Peréz, & Corral Torres (2009) amplían este tópico del estrés y menciona que el organismo está preparado para cierto grado de estrés, de hecho este tipo de estrés (el eustrés), es muy útil en situaciones peligrosas, además

es un agente motivador para conseguir las metas y el éxito, y a raíz del eustrés la persona hace uso de recursos excepcionales. Pero cuando las circunstancias son excesivas, y se llega al punto de no saber controlarlas, ese estrés positivo se convierte en distrés, que es un estrés negativo.

Los mismos autores mencionan otra clasificación de estrés a lo cual se refiere el estrés físico y el estrés mental, la diferencia la genera las causas. El estrés físico proviene de factores físicos, como fatiga o cansancio físico, exposición a ruidos excesivos, elevado dolor, temperatura, peligro o a determinado determinadas sustancias. Por otro lado, el estrés mental está relacionado con las reacciones interpersonales, preocupaciones, conflictos, exceso de demandas laborales, personales o personales de tipo intelectual, problemas económicos, entre otros (pp. 61, 62).

De modo general se puede decir que el estrés no es exclusivo de los adultos, los niños también son afectados por él de muchas maneras por causas diversas, pero lo más importante es identificarlo a tiempo para que de esta manera, la intervención sea más efectiva para beneficio del menor.

Consecuencias

Las consecuencias del estrés en los niños pueden ser variadas y afectar desde la salud, las emociones y el comportamiento. En forma generalizada Zhang, Parent, Weaver & Meaney, Loman & Gunnar, (Citado de Martínez, m., & García, m, 2011), mencionan que “el estrés en el cerebro inmaduro, ajustando los niveles en un tope alto, lo cual puede alterar los patrones de respuesta del comportamiento y tener consecuencias en la salud física y mental a lo largo de la vida”.

Como consecuencias comportamentales de estrés Carranza (2010), dice que el pequeño puede reaccionar ante el estrés “manifestando su rebeldía en forma abierta, dando rienda suelta a su ira, o sencillamente enfermándose (sicosomáticamente) para atraer la atención de todos” (p. 61).

En el área de la salud física y emocional, Oblitas (2010), menciona que las consecuencias del estrés pueden clasificarse en dos grandes grupos que son, las enfermedades producidas por estrés agudo y las enfermedades producidas por estrés crónico.

Las enfermedades producidas por estrés agudo generalmente son de fácil detección y son reversibles, las enfermedades que habitualmente se observan son: a) trastorno por estrés agudo; b) trastorno por estrés post-traumático, c) ataque de pánico, d) trastornos psicosomáticos, como úlceras, conjeturas musculares, cefaleas, e) trastorno del estado de ánimo (estado depresivo mayor), f) fobias.

Las enfermedades producidas por estrés crónico se dan luego de la presencia de un agente estresor con una duración de meses o años. Dicho estrés genera alteraciones fisiológicas, pero la persistencia crónica produce severas alteraciones psicológicas y hasta pueden verse afectados órganos o funciones vitales. Las patologías más frecuentes pueden ser: dispepsia, insomnio, colitis nerviosa, gastritis, depresión, migraña, agresividad, depresión, disfunción familiar, conductas antisociales, psicosis severas, entre otras (pp. 231, 232).

En otro aspecto de causas y consecuencias del estrés en el infante, Rodriguéz (2009) menciona que cuando existe una situación de separación y discordia entre los padres a los hijos a menudo se sienten obligados a tomar partido en una de las partes, la presión generada por la situación genera ansiedad y otros síntomas

diversos, o que se conoce como ansiedad por separación. Esta es la consecuencia del estrés infantil producido por el alejamiento de uno de los padres (p. 47).

Como se puede ver, las consecuencias del estrés están muy relacionadas con las causas que lo generaron. Se puede afirmar que el estrés tiene consecuencias físicas, psicológicas y emocionales en el organismo, de tal manera que si no se trata a tiempo puede perjudicar al individuo de manera más profunda e irreversible.

Recomendaciones para su tratamiento

Básicamente, el estrés no es posible evitarlo, pues es parte natural de los eventos del entorno sea cual sea la realidad del menor, incluso, algunas veces son necesarios como estímulos, pero lo que se debe hacer es tener en cuenta algunas recomendaciones para que dicho estrés no se convierta en algo perjudicial para el niño, y que por el contrario, aprenda a reaccionar asertivamente ante las demandas del entorno y superar las falencias que generaron el estrés inicial.

El equipo de Especialistas de Medicinas alternativas (2006), recomienda a los adultos a cargo del menor con estrés: a) Identificar o reconocer el conflicto, ya sea una actividad habitual del niño; b) Se deben realizar un auto examen, con el fin de reconocer su propia actitud ante las situaciones estresantes, pues pueden estar influenciado negativamente en los niños; c) Debe afianzar la comunicación con el niño, ya que de esta manera es más fácil saber que está afectando en menor; d) Es bueno mantener rutinas para evitar desequilibrios emocionales; e) Permitir espacios de juego y también que los adultos jueguen con ellos, de esta manera se desarrollan muchas habilidades interpersonales; f) Si el niño está pasando un momento de duelo, no se debe forzar a que exprese sus sentimientos; g) Aumentar la confianza

del niño permitiéndoles tomar decisiones y al escucharlos sin criticarlos; h) Se debe cuidar los programas de televisión que ven los niños; i) Se debe estimular a los menores a la actividad física; j) Para la realización de algunas actividades, es necesaria una preparación previa pero no excesiva que genere un efecto contrario al tratamiento del estrés en los niños; k) Enseñar a los niños técnicas de relajación; l) Ayudar a los niños a poner nombre a sus sentimientos (pp. 49, 50).

Las recomendaciones en general están referidas a la atención del menor como persona importante de un núcleo familiar y social, y de esta manera incentivar su autoconocimiento. Aunque estas recomendaciones benefician principalmente al niño, de debe tener en cuenta que de la misma manera será de provecho para los padres y cuidadores que las coloquen en práctica, pues mejorará en gran medida la relación con sus hijos, además tendrán obediencia y armonía en el hogar.

Las actividades extraescolares

En la siguiente sección se ampliarán los conceptos concernientes a las actividades extraescolares, las cuales generan cierta controversia con respecto al uso y a los beneficios que estos proporcionan a los niños. Para claridad se expondrá tema teniendo en cuenta los diferentes teóricos que hablan en referencia a este.

Definición

Aparicio (2008), menciona que “las actividades extraescolares son aquellas que se realizan fuera del horario lectivo. Su objetivo principal es que el niño aprenda divirtiéndose, al mismo tiempo que le sirven de deshago y distracción en sus obligaciones y quehaceres diarios”.

En una definición más amplia se encuentra la que proporciona Delgado (2009), cuando dice que las actividades extraescolares son las que se realizan fuera del horario escolar y que hacen extensivo la programación o la agenda de los niños, que por motivos alternativos como la ausencia de los padres en casa deben pasar hasta diez y doce horas en actividades referentes al aprendizaje o perfeccionamiento de una o varias habilidades (p. 119).

Se puede decir entonces que las actividades extraescolares son las actividades que se realizan fuera del currículo corriente, aunque estas se dicten dentro de la escuela. En las definiciones antes vistas se pueden divisar por lo menos dos causas del porque los padres incluyen a los niños en dichas actividades. En primera instancia, el gusto y el interés del niño por la actividad, y en segundo lugar la ausencia de los padres en la casa, es decir, los padres inscriben a los niños en la participación de las actividades porque no pueden atenderlos, ni dedicarle tiempo por motivos de trabajo.

Generalidades

Para las actividades extraescolares algunos autores indican en qué consisten dichas actividades. García (2009), menciona algunas indicaciones para tener en cuenta a la hora de elegir estas actividades para los niños y dice que:

> Las actividades extraescolares deben potenciar las aptitudes e interese de los niños y nunca deben orientarse con carácter exclusivamente competitivo. No se debe de forzar a los niños algo que no les motiva en absoluto, deberían de ser realmente motivadoras para el niño y complementarias a las que se realizan en la escuela, con la práctica de este tipo de actividades el niño debe

> de disfrutar, relajarse y recuperar fuerzas tras la jornada escolar, a la vez que desarrolle actitudes de crecimiento personal y social. La pauta de la frecuencia con que se deben de realizar estas actividades, la periodicidad aconsejable es de una a tres horas por semana, a fin de dejar tiempo libre para jugar y descansar (p. 31).

Los niños deben gozar y disfrutar las actividades extraescolares para que estas cumplan su verdadera finalidad, sin embargo se debe tener en cuenta que ellas no suplen totalmente la formación integral del niño como lo hacen los juegos libres u otras actividades encaminadas por ellos mismos. La importancia de saber elegir cuales son las actividades extraescolares más pertinente para el niño, hace que sus potencialidades, destrezas y talentos se fortalezcan naturalmente.

En este mismo estudio García (2009) dice que

> Las actividades extracurriculares más indicadas son aquellas que permiten el desarrollar sus potencialidades y destrezas siempre desde un enfoque lúdico diferente al que se le ofrece en el colegio. Pueden ser actividades en las que el niño trabaje sus habilidades físicas (deportes como la natación, el atletismo, el futbol), prácticas que favorezcan su sensibilidad artísticas (música , danza, teatro y pintura), o aquellas que complementen los contenidos escolares (p. 31).

Es cierto que las actividades extraescolares pueden fortalecer específicamente algunas áreas del desarrollo en el niño, o que complementen los contenidos escolares, pero es necesario saber que no se requiere que el infante esté involucrado en estas actividades para tener un crecimiento intelectual más amplio, pues ellos se enriquece de manera sencilla a través de la naturaleza.

Según Rosenfeld (2002), menciona que

> Muchos padres se esfuerzan más en que su hijo sepa realizar un buen servicio en tenis que a la humanidad, ponen as empeño en que sus hijos aprendan a hablar en público que enseñarles a comunicar de forma abierta y honesta con los demás, no hay duda que la educación es importante y tiene valor .pero en realidad el verdadero éxito en la vida tiene poco que ver con el título que se cuelga en la pared. Sin embargo los padres no lo hacen con las intenciones de sobrecargar la vida de sus niños y generar estrés en ellos ya que son las buenas actitudes paternas se entrega sus hijos se ha convertido en una lista incesante de cosas para hacer. La programación excesiva refleja la forma que hoy se nos apremia educar a nuestras familias en las revistas sobre padres, la prensa, los noticieros y las páginas web, pero la aglomeración de estos artículos y reportajes que leemos y oímos nos presiona en sentido contrario. Acosados por los mensajes de los expertos que nos dicen cuál es la forma correcta de educar a nuestros hijos los padres y madres bienintencionados acabamos por preocuparnos por las cosas importantes y por las intrascendentes, luchando para controlar el menor detalle de la vida de nuestros hijos (pp. 16, 19, 23).

Según el autor, Esto conlleva a los padres a pensar que todos los niños deben desarrollarse de forma igual y se inquietan cuando el desarrollo de su hijo no se sitúa en por encima de la curva media. Si el niño se encuentra en la media sientes avergonzados y temen que les aguarde una vida de baja autoestima.

Rosenfeld (2002), sigue diciendo:

> Por lo tanto, los padres creen que para poder ir a jugar con el niño de 5 años que vive en la finca de más abajo, haya que preverlo con tres semanas de anticipación porque el programa del niño está muy apretado. Los niños no necesitan utilizar el tiempo de forma productiva. No se debería forzar al niño a que cumplan un horario más, que el suyo propio. Ya que esto hacen que los padres centre sus atención en cosas que no son tan importantes. Es cierto que una infancia sana y estimulante es importante para un buen desarrollo del cerebro. Sin embargo los mejores estímulos para los menores en su etapa desarrollo nace desde una atención normal cariñosa, abrazo, hasta dejar que los niños vean a los padres en la cocina eso es "educativo"; estas son pequeñas y maravillosas cosas pero que a los ojos del adulto son cosas insignificantes, y sin embargo para el niños son sorprendente porque nunca lo ha visto antes (pp. 27, 97).

Es decir, para estimular el niño no es fundamental gastar mucho dinero y energías, solo se necesita una buena disposición de parte de los cuidadores, mucho afecto y permitir que el menor se desenvuelva libre en su entorno, que descubra el mundo y ante todo que él pueda sentirse afectivamente seguro y protegido en todos los aspecto de la vida, para así crecer de una manera integral

> Según García (2009), las actividades extraescolares son muy variadas. Una buena forma de clasificarlas seria según los contenidos que se desarrollan: a) Actividades culturales y de creación artística; b) Actividades de música y dramatización; c) Actividades lúdicas y deportivas; d) Actividades de formación (relacionadas, con los idiomas o las nuevas tecnologías) (p. 142).

Crespí (2011), declara que las actividades extraescolares son muchas y están clasificadas de muchas formas, lo más importante es saber elegir la indicada a la edad del niño y según los intereses del mismo, además es importante tener en cuenta el carácter del menor como:

Si un niño es tímido o introvertido se debería buscar actividades de grupo pero no competitivas como las danzas, el ballet, el teatro, los coro, etc.

Para los perezosos lo ideal sería un deporte individual que les obliguen a esforzarse, como por ejemplo tenis, tocar algún instrumentos musicales, el esquí, patinaje, pintura, etc.

Para los nerviosos las actividades más adecuadas son aquellas que les obliguen a dominarse en situaciones en las que un poco de tensión, como el judo, la natación, la hípica (equitación), toda arte marciales, ajedrez, etc.

Para los que tienen problemas de relacionarse, lo mejor sería siempre buscarles actividades de grupo en las que tengan que ser parte de un equipo, como el baloncesto, fútbol, el balonmano, gimnasia rítmica, etc.

A continuación se mostraran algunas actividades más comunes, lo que fomenta en el niño y la edad pertinente o recomendada para que el niño comience a realizarla:

El niño de 5 años las actividades que ellos deberían desempeñar serían las artes marciales, esta actividad ayuda al niño en su coordinación, resistencia, fuerza, velocidad, flexibilidad y autodisciplina. El futbol, ésta ayuda al niño a la velocidad, reflejos y el valor de la competición en equipo. El tenis, ayuda a los reflejos, la coordinación y la psicomotricidad. La gimnasia rítmica, ésta ayuda con las

habilidades motrices, conocimiento de su cuerpo, ritmo y movimiento dentro de su componente artístico, trabajo en equipo.

El niño de 6 años las actividades que debería realizar deberían: El baloncesto, ésta actividad ayudará al niño a controlar las acciones individuales para adaptarlas al resto del grupo. El patinaje, esta ayudara en la parte de la coordinación, equilibrio y habilidad motriz. Los instrumentos musicales, éste ayudará a los niños en la parte del sentido musical, coordinación y concentración. Las pinturas, ésta fortalecerá la capacidad creativa, la destreza manual y visual, expresión plástica.

El niño de 7 años debería desarrollar las siguientes actividades: El ajedrez, ya que en ésta aprenden a pensar desarrollando la memoria, la concentración y la imaginación. Aprenden a tomar decisiones asumiendo los aciertos y los errores.

Cual sea la decisión que se tome acerca de las actividades extraescolares teniendo en cuenta la edad pertinente y el carácter del niño se debe estar seguro que ellos esteran desarrollando la integración en un grupo, el conocimiento y el desarrollo corporal, el sentido rítmico, la estructuración espacial y temporal, la coordinación dinámica general y el espíritu de iniciativa (p. 105).

Al acostumbrar a los niños a hacer deporte o tomar otras actividades equilibradamente se estará ayudando al niño a desarrollarse física y mentalmente, a estar sanos, a relacionarse mejor y evitar problemas en la adolescencia.

Criterios para planear mejor las actividades extraescolares

Gemma (2010), recomienda tener en cuenta el deseo del niño. Es importante escuchar sus peticiones y observar cuáles son sus intereses, a continuación se verán algunas recomendaciones:

Tener muy claro lo que el niño quiere explorar por un momento a lo que él quiere realizar por mucho más tiempo y hacerlo parte de su vida.

Si el niño está por mucho tiempo en actividades extraescolares debido a que los padres no tienen suficiente tiempo por el trabajo, es preferirle reducirle las actividades del niño, y que pase más en casa con otra persona, pues es de suma importancia que ellos disfruten de su habitación, de sus juguetes o simplemente que se aburran a ratos.

Si al momento de realizar las actividades el niño muestra duda en realizarlo, se debe asesorarse donde proviene la causa (temor a fracasar). Y si no se ve claro, es mejor que el niño siga por un tiempo determinado, hasta que se obtenga más datos para sí retirarlo.

Se debería buscar lugares cómodos y próximos al domicilio o lugar de trabajo, pues las idas y las venidas pueden cansar al niño e incluso a los padres.

La cantidad de actividades extraescolares deben ir en proporción creciente según la edad del niño.

Los padres deben incluir un rato todos los días, más o menos extensos para leer, jugar y divertirse con su hijo (p. 190).

Las actividades extraescolares son una buena opción a la hora de fortalecer falencias en las áreas de desarrollo en el niño, también para la recreación son una alternativa que beneficia a los menores, sin embargo, lo más saludable para el

infante es que los padres elijan inscribirlo en las actividades que más satisfagan los intereses del niño, y que además se maneje un balance en la elección del número de actividades simultaneas.

El estrés y las actividades extraescolares

Introducción

A continuación se analizarán las dos variables, a saber, el estrés y las actividades extraescolares. Se definirán las ventajas y desventajas que acarrean para el niño la buena o mala utilización de las actividades extraescolares que pueden llegar a generar estrés en los niños inscritos en dichos cursos.

Generalidades

Un aspecto relevante en la causalidad del estrés es el exceso de actividades extraescolares. Respecto a esto, Soldano (2004), menciona que el niño comienza el día y termina por la noche agotado por las múltiples actividades. A veces, además de anotarlo en un colegio de doble escolaridad, los padres esperan que aprenda varios idiomas, practique deporte y estudie música con el fin de que se transformen en un pequeño genio. Un poco está bien pero en exceso puede terminar al más capaz en un niño apático y desinteresado (p. 97).

Además, Durán (2005), sigue argumentando que:

> Las actividades extraescolares son tan frecuentes y cotidianas que, en la práctica se han convertido en una simple prolongación de la jornada escolar durante todos los meses del curso. Las consecuencias; mucho tiempo;

> mucho cansancio; y a veces escasos resultados, y es que los niños realizan demasiadas actividades extraescolares y un exceso de estas pueden provocar cansancio resultados negativos (p. 41).

Las actividades extraescolares son buenas siempre y cuando no se lleve al uso excesivo de ellas, ya que como menciona en el párrafo anterior, ese cansancio negativo puede convertirse en eustrés.

Las actividades extraescolares es uno de los principales generadores del estrés infantil, respecto a esto, Navas & Castejón, (2011), menciona categóricamente que “muchos niños padecen estrés por un exceso de actividades (por ejemplo realizar múltiples actividades extraescolares) o por exceso de exigencia, por parte de los padres como de los profesores” (p. 512).

Por otra parte Collins (2003), se refiere a los padres avasallantes que no manejan un equilibrio en las actividades extraescolares de sus hijos, dado a que anteponen sus propios intereses a los del niño, es decir, ellos quieren un éxito para sus hijos en lo que ellos no pudieron sobresalir, por ejemplo, si ellos siempre quisieron aprender piano, inscriben al niño en clases de piano. Y no tienen en cuenta que los menores tienen una jornada extenuante entre sus compromisos académicos y además de las actividades extraescolares. Collins (2003), sigue diciendo que “los niños necesitan libertad para relajarse y un espacio personal para desarrollar sus propias ideas e intereses” (p. 89).

Es natural que los padres quieran el progreso de sus hijos, pero es su deber velar para que ese progreso sea integral y no que al querer avanzar en unos aspectos se descuide y malogren otros que al igual son importantes en dicho desarrollo del niño.

Según Rodriguéz & Zehag (2009), una de las causas principales por las cuales los niños padecen estrés es porque no tienen tiempo para ellos, es decir, para el juego libre y el esparcimiento, debido a las excesivas actividades extraescolares como son natación, informática, ingles etc. Además de las grandes demandas sociales de competitividad, o sea ser los mejores en todo (p. 41).

Como se puede observar, las actividades extraescolares si pueden llegar a generar estrés en el niño. un exceso de éstas y una disminución en el juego libre puede ser perjudicales para la salud del menor, ya que el estrés también trae consecuencias sobre la salud

Consecuencias

Las consecuencias del estrés en el niño por el mal uso de las actividades extraescolares pueden ser múltiples, entre las cuales Perez (2007), afirma que “los niños pueden tener problemas de sueño o de alimentacion, presentar iritibilidad, cuando hay exceso de programación” (p. 232).

Además de estas características expresadas por perez, Agulló (2007), menciona que la sobrecargas de actividades extraescolares hacen que los niños se estresen y estén agobiado y trae como consecuencia la lentitud en ellos (p. 21).

La autora también señala que “es importante evitar un exceso de actividades pues puede llevar a los niños a un agotamiento físico y mental muy perjudicial para ellos. Al niño debe de quedarle tiempo para realizar adecuadamente sus laborares escolares y tener un tiempo en descanso en familia” (p 61).

La sobrecarga de actividades en los niños puede provocar un sin numero de reacciones que quizas son contempladas como signos de alerta que e niño esta estresado por el exseso de activiades o programaciones.

Collins (2003), menciona que una consecuencia de la sobrecarga en los horarios del menor puede producir que el niño no apreda a automotivarse lo que es fundamental para el éxito de sus futuros aprendizajes; otras consecuencias mencionadas por este autor son la resistencia y el resentimiento por parte del niño, incluso si hace lo que el padre le dice; también considera el efecto negativo sobre la salud del niño generada por el estrés del exeso de actividades extraescolares (p. 89).

Por su parte, Soldano (2004), menciona que algunos sintomas que “el niño puede presentar son: a) Duerme mal; b) En general esta callado; c) Se irrita con facilidad; d) Tiene sobresaltos durante el día; e) No obedece; f) Muestra falta de atención para responder; g) Tiene dolores musculares” (p 97).

Las actividades extraescolares como bien se menciona anteriormente traen ventajas para el desarrollo integral del niño, siempre y cuando se tenga en cuenta las consecuencias que esto puede acarrear en la vida del niño si se lleva en exceso. Los autores mencionados previamente coinciden que es primordial que el niño se encuentre cómodo realizando dichas actividades, además que estas puedan dejarles suficiente espacio libre para un aprendizaje más significativo, ya que ellos aprenden desde sus propias experiencias y aún más haciendo lo que ellos libremente desean.

CAPÍTULO TRES – METODOLOGÍA

Introducción.

Bernal (2006), alude “a la metodología como a ese conjunto de aspectos operativos que se tienen en cuenta para realizar un estudio” (p. 55).

En este capítulo se detallará de la investigación el enfoque, el tipo, la población, el muestreo, los métodos de recolección de información, la técnica de registro, la técnica de sistematización, el análisis de información, la validez y la confiablidad, el cronograma y por último el presupuesto con los cuales se desarrollará la investigación.

Enfoque de la investigación

Hernández, Fernández y Baptista (2010), dice que “el enfoque cualitativo se selecciona cuando se busca comprender la perspectiva de los participantes (individuos o grupos pequeños de personas a los que se investigará) acerca de los fenómenos que los rodean, profundizar sus experiencias, perspectivas, opiniones, y significados” (p. 364).

Esta investigación es de enfoque cualitativa, pues se observa el fenómeno en su contexto, se analizan materiales, documentos referentes a la temática, además se busca describir los sentimientos, experiencias y hábitos de los niños que adquieren estrés por causa de las actividades extraescolares

Tipo de investigación

Esta investigación es de tipo investigación acción según Alvares, Gayón (citado en Hernández et al 2008) pues su finalidad es resolver problemas cotidianos e inmediatos y mejorar prácticas concretas. Su propósito fundamental se centra en aportar información que guíe la toma de decisiones para programas, procesos y reformas estructurales (p. 706).

Dado lo anterior, la investigación se enmarca dentro de una investigación acción pues busca hacer trasformaciones y mejoras a la situación que vive el niño por el estrés producido de las actividades extraescolares.

Unidades de análisis

Rojas (2002), declara que la unidad de análisis: “Es el elemento (persona, institución u objeto) del que se obtiene la información fundamental para realizar la investigación. Pueden existir diversas unidades de análisis según sea el tipo de información que se requiera y dependiendo de los objetivos del estudio” (p. 180).

Por consiguiente se determina que las unidades de análisis de esta investigación son los niños de 5 - 7 años de edad, participantes de actividades extraescolares y estudiantes de la escuela “El Noral” de Medellín.

Población

De acuerdo a Cerda (2005), la población es “la totalidad del fenómeno por estudiar, o un grupo de personas o elementos cuya situación se está investigando” (p. 300).

La población de la que se va a obtener la información necesaria para esta investigación son los niños de la escuela “El Noral” de Medellín.

Muestra

Hernández, et al (2008), dice que la muestra “es un grupo de personas, eventos, sucesos, comunidades etcétera, sobre la cual se habrán de recolectar los datos, sin que necesariamente sea representativo del universo o población que se estudia“ (p.568).

La muestra seleccionada fueron: nueve niños con las edades de 5 a 7 años, de la escuela “El Noral”, con la participación de sus respectivos padres y maestros de la ciudad de Medellín.

Este grupo de niños se escogieron porque ayudan a responder la pregunta y los objetivos de la investigación, la posibilidad de registrar los datos, y la relación entre los investigadores y el objeto de estudio.

Esta institución se escogió por la facilidad de acceso, en esta encontramos los participantes que aportarán la información pertinente para esta investigación, (maestros y padres).

En momentos de descanso y la participación en el aula de clase, son dos escenarios que utilizarán los investigadores para recolectar los datos pertinentes en cuanto a la relación del objeto de estudio con su contexto inmediato.

Recolección de la información

Método

El método utilizado en la primera fase para recolectar la información, fue por medio de la entrevista a los niños de 5 a 7 años de edad, profesores y padres, la observación se utilizara solo en niños. Además se tomó información consignada en documentos, materiales y libros donde nos indique los efectos producidos por ello (actividades extraescolares y estrés) de forma integral. Anexando también la observaciones del comportamiento y rendimiento de los niños.

El método utilizado en la aplicación y revisión del manual a los 5 padres de los niños inscritos en las diferentes actividades extraescolares fueron las entrevistas abiertas y semi-estructuradas, aplicadas directamente y por vía telefónica con una frecuencia semanal durante los meses de Julio, agosto, septiembre y octubre. Se tomó parte de la información recogida por las investigadoras de la primera fase para la realización del manual de esta segunda fase.

Prueba piloto

La prueba piloto tiene por función evaluar: a) la comprensión de las preguntas y las categorías de respuestas; b) el orden de las preguntas y c) la duración de la encuesta. Basándose en los resultados de la prueba o pre test se realizarán los ajustes necesarios para el instrumento definitivo, contenga preguntas comprensibles y recolecte respuestas significativas; para que de este modo, alcancen los objetivos del estudio y de prueba de seguridad y validez (Yuni y Urbano, 2006, p.76).

No se realizó prueba piloto debido a la pequeña población que se escogió. En las entrevistas se harán las pertinentes correcciones a medida que se apliquen.

Cronograma de actividades: primera fase 2012

Tabla 1

Actividades	Febrero		Marzo				Abril				Mayo			
Consolidación de grupos y elección del tema														
Inicio de capítulo I														
Origen del problema														
Descripción, formulación del problema														
Justificación														
Objetivos generales y objetivos específicos														
Conceptos a desarrollar, delimitaciones, limitaciones y supuestos														
Definición de términos														

y capítulo I terminado														
Inicio del capítulo dos														
Primer avance del Capítulo dos.														
Correcciones del marco Teórico.														
Marco teórico finalizado.														
Capítulo III														
Enfoque de la investigación, tipo de investigación, unidades de análisis, población														
Recolección de la información, prueba piloto y guía para la entrevista														
capítulo III terminado														
Entrega de capítulos I, II, III terminados														

Actividades	Julio				Agosto				Septiembre				octubre			
Evaluación de claridad y pertinencia y últimos ajustes a los instrumentos																
Aplicación de los instrumentos																
Capítulo 4. Análisis y resultados																
Capítulo 5. Conclusiones y recomendaciones																
Elaboración del resumen y las diapositivas																
Ajustes finales																

Cronograma de actividades: segunda fase 2013

Tabla 2

Actividades	Julio				Agosto				septiembre				Octubre			
Entrega de manuales																
Revisiones y entrevistas semanales a padres																
Recolección de información																
Recolección de sugerencias																
Correcciones del manual y ajustes finales																
Fusión de la primera y la segunda fase.																

Actividades	Febrero				Marzo				Abril				Mayo			
Estudio del proyecto de la primera fase.																
Inicio de elaboración del marco teórico del manual																
Elaboración de actividades del manual.																
Preparación y exposición para el regional																
Culminación del manual																
Correcciones y ajustes del manual																

Presupuesto

Tabla 3

Ítems	Costo
Fotocopias	$54.000
Impresiones	$50.000
Llamadas telefónicas	$18.000
Carpetas	$8.500
Diseño e impresión de la guía	$100.000
Total	$190.000

Conclusión

En el presente capítulo se expuso el proceso operativo de la investigación, el cual señala todos los procedimientos y estrategias que se llevaron a cabo para cumplir con los objetivos propuestos.

CAPÍTULO CUATRO: ANÁLISIS DE LA INFORMACIÓN

Introducción

Durante éste capítulo las investigadoras realizaron las entrevistas elaboradas a las maestras de transición y primero, además de algunos niños y a sus respectivos padres, con el fin de determinar si las actividades extraescolares en las que están inscritos los niños generan estrés en ellos.

La información recolectada en la entrevista se analiza desde los puntos comunes de cada una de las entrevistas de acuerdo con los objetivos y según la metodología propuesta, validando el contenido aportado según lo expuesto en el marco teórico.

A continuación se presenta el análisis de las respuestas de las entrevistas realizadas.

Análisis de las entrevistas y la observación de los niños

En la entrevista y la observación realizada a los niños se pudo destacar que al parecer les gusta ir a escuela porque allí tienen la oportunidad de compartir con sus profesores y compañeros, además porque pueden jugar con ellos, y disfrutar de los columpios. También manifiestan el interés por aprender muchas cosas, en especial informática y escribir. Sin embargo, un participante declara que no le gusta ir a la escuela ya que se levanta muy temprano y le da mucho sueño, desea dormir más tiempo.

Algunos niños al obtener buenas calificaciones reciben como estímulo regalos, salidas a pasear, comidas especiales, o felicitaciones afectuosas con abrazos y besos por parte de sus padres. Aunque otros manifiestan que reciben esos estímulos físicos sin manifestaciones verbales de aceptación. No obstante, los niños se sienten tristes cuando tienen bajas calificaciones porque consideran que decepcionan a sus padres, además saben que pueden hacerlo mejor. También dicen que pierden algunos exámenes porque no alcanzan a estudiar dado a las muchas asignaciones académicas o porque tuvieron actividades extraescolares que dificultaron la realización de las tareas. Sin embargo, las malas calificaciones no se dan con frecuencia dado que son niños aplicados y que tienen buenas notas.

En cuanto a los castigos por tener bajas calificaciones, los menores declaran que no reciben algún tipo de castigo físico, o verbal por ello, aunque otros sí, pero no siempre. Además todos los padres les dicen que pueden mejorar,

que mire el error para que no lo vuelva a cometer y que tienen que practicar o estudiar más.

Debido a las ocupaciones laborales los padres de la actualidad no pasan tiempo de calidad con sus hijos, pero en el caso de la poblaciones estudiada, algunos niños pasan tiempo de calidad con sus padres, juegan juntos, van al parque o a otro lugar de esparcimiento para compartir con ellos, sobre todo los fines de semana. Otro grupo menciona que sus padres hablan con ellos cuando llegan de la escuela. Por otra parte, otro grupo de niños manifiesta que sus padres no tienen tiempo para pasar con ello, porque llegan muy cansados y que solo comparten cuando algo extraordinario pasa. Solamente una niña dice que su mamá pasa todo el día en la casa.

En cuanto a la confianza y comunicación con los padres los niños manifiestan encontrar apoyo emocional en sus padres y los consideran como sus mejores amigos y les cuentan todo lo que les pasa ya sea bueno o malo, los padres los escuchan y les dan consejos. Sin embargo unos pocos declaran que no tienen confianza de contarles sus cosas a sus padres, antes prefieren realizar otra actividad para tranquilizarse y olvidar su tristeza.

En cuanto al sentimiento ante las dudas producido por la falta de entendimiento de lo que explican en clases, los niños dicen que cuando no entienden la explicación de la maestra, le preguntan referente a sus dudas, no les da pena preguntar, pues se sienten en confianza para hacerlo. Otros manifiestan que siempre entienden las explicaciones.

Respecto a las actividades que realizan cuando salen de la escuela, los niños declaran que siempre se dirigen a la casa para almorzar y realizar las tareas (algunos ven televisión), luego van a actividades extraescolares en las horas de la tarde entre esas actividades se encuentran algunas deportivas como natación, futbol, tenis, patinaje; otras actividades son inglés e informática; las otras actividades están dirigidas en torno a la música, ya sea al aprendizaje de un instrumento musical como piano, violín o canto. De igual modo, algunos niños están involucrados en actividades de la iglesia como son el coro y el grupo de aventureros. Estos niños están inscritos en varias actividades de dos a cinco actividades las cuales están repartidas en los días de la semana, una por día.

Además, algunos niños manifiestan el gusto por las actividades extraescolares que realizan, pues consideran que son divertidas, aprenden muchas cosas, ejercitan su cuerpo (refiriéndose a las actividades deportivas) y educan su voz, pero un grupo de niños coinciden en que las actividades del coro les parece aburridas porque los tienen sentados o parados, esto les cansa y les da sueño, ellos manifiestan que van al coro porque sus mamás los llevan o les dicen que vayan. Pocos niños manifestaron su inconformidad con las actividades deportivas, a la mayoría les gusta ya que tienen la oportunidad de correr y sacar todas sus energías.

En cuanto a las reuniones de aventureros, pocos declararon su inconformidad pero quienes lo hicieron dijeron que preferían quedarse durmiendo porque les cansa la formación.

Por otro lado, los niños les gustarían realizar otras actividades más afines a sus pasatiempos como pintar, ver clases de plastilina, futbol o tal vez ver otro instrumento que les llame la atención como la batería. Entre tanto algunos niños están conformes con las actividades que realizan, no obstante manifiestan que quieren salirse de futbol, o coro para que les quede más tiempo, porque quieren dedicar ese tiempo a jugar con sus amigos de manera libre.

Por otra parte, la mayoría de los niños realizan sus tareas después de almorzar, y las deben hacer con presteza pues deben ir a las actividades extraescolares, si dado el caso que no alcancen a realizarlas, deben llegar a hacerlas al llegar nuevamente a casa. En ocasiones los niños debe acostarse tarde porque tienen que realizar las asignaciones que no alcanzaron a hacer, y los padres deben hacerlas por ellos. Los menores expresan el estrés que les produce la sobrecarga académica y el regaño de sus padres por la no realización de los deberes.

En cuanto al desarrollo de juego libre, Todos los niños tienen espacio para jugar lo que ellos desean excepto una niña porque solo quiere estudiar, pues desea que sus padres se sientan orgullosa de ella; por otro parte el tiempo que tienen los niños para realizar su actividad libre es muy poco por que deben cumplir con otras responsabilidades como las actividades extraescolares. La mayoría de juego libre que los niños escogen realizar son porque tienen gran habilidad para ello, como por ejemplo el futbol porque le gusta correr, la pintura porque le gusta dibujar, la plastilina porque le gustan ser creativas y hacer figuras, montar bicicleta porque le gusta competir con sus amigos, mientras uno de los

niños hacen algunos juegos libre sugeridos porque no saben a qué jugar y otro niño solo juega a lo que el papa le gusta para compartir con él un poco de tiempo.

Después de un día lleno de diferentes actividades la mayoría de niños declara que se sienten cansados por causas de las actividades extraescolares y por las tareas consignadas en la escuela, y algunos por jugar tanto, sin embargo solo un niño indica que no se acuesta cansado. Como consecuencia de los hábitos de sueño viene la somnolencia durante las clases, la mayoría de los niños no les dan sueño en clase, pero cuatro de ellos sí y las razones porque no se quedan dormidos son porque la profesora los regaña y les da miedo, porque la clase es aburrida o porque se acostaron tarde. La mayoría de los niños se acuestan entre las siete (7) y nueve (9) de la noche los pero tres de ellos se acuestan entre las diez (10) y once (11) de la noche, todos declaran que se levantan a las 5 de la mañana dado que deben alistarse para ir a la escuela. Las razones por las que los niños se acuestan a estas horas, (7:00 – 11:00 pm) de la noche es porque la madre los manda a dormir, porque llegan hacer tareas a esa hora, porque le dejan muchas, no les rinde hacerlas, no tienen tiempo o porque se divierten jugando con las cosas que ellos más les gusta.

los niños no muestran signos de agotamiento, irritabilidad o agresividad, sin embargo, en la mayoría de los casos, se muestran distraídos cuando un agente externo actúa en el ambiente, de hecho, los niños buscan elementos para distraerse, como por ejemplo, llevan juguetes al salón de clases y aprovechan cada oportunidad para hacer comentarios jocosos a las explicaciones de la

profesora. También se paran del puesto con regularidad y se retrasan en la realización de las actividades de la clase.

Los menores no muestran apatía hacia sus compañeros y profesoras, tampoco ansiedad, solo unos cuantos muestran pereza en el salón y al momento de hacer las asignaciones de la clases.

Es pertinente decir que los niños aceptan las observaciones realizadas por la maestra, solo un niño imita con gestos los regaños de maestra, sin embargo no se muestra grosero. Otro pequeño grupo de niños no se muestra inquieto ni distraído, sino que realizan las actividades concentrados y cuando terminan se quedan en el puesto esperando nuevas instrucciones.

Análisis de las entrevista de los padres

Los padres manifiestan que a los niños les encanta realizar sus actividades académicas y generalmente prefiere hacer todo muy rápido ya que recuerdan sus asignaciones sin necesidad de apuntar sus tareas en sus agendas y tienen una actitud siempre positiva hacia cualquier asignación académica, sin embargo, un padre declara que el niño necesita que los padres le recuerden las tareas para poderlas realizarlas.

En cuanto a la realización de las tareas en casa los padres mencionaron que los niños no presentan ninguna dificultad, pero si ellos no entiende lo que deben hacer o si algo le resulta difícil de entender ellos preguntan, además siempre están dispuestos a hacerlas, generalmente solo necesitan una instrucción inicial y realiza sus tareas solos y el rendimiento académico es excelente.

Un padre declaró que en ocasiones su hijo se distrae pero este comportamiento se puede clasificar dentro del comportamiento normal de un niño.

Todos los padres les dedican tiempo de calidad a sus hijos dentro de lo que se puede. Teniendo en cuenta que los padres trabajan todo el día, sin embargo le dedican tiempo en las mañanas antes de ir al colegio, en las noches y los fines de semana.

En cuanto a la comunicación con los niños los padres consideran que es buena porque los niños les cuentan lo que le pasa en la escuela, en la iglesia, y en aventureros, teniendo en cuenta que son los espacios más importantes para los niños, conjuntamente ellos declararon que la comunicación es transparente y clara ya que hablan mucho con ellos y comparten sus alegrías y tristezas.

Los padres saben cuándo su hijo está estresado de acuerdo a su comportamiento en momentos de tensión pues en ocasiones los niños se muestra y se tornan muy reservados prefiriendo no hablar del tema, ellos creen que como padres identifican algunos gestos y actitudes aunque no lo expresen verbalmente, además se muestras apáticos frente a sus maestros y compañeros de clases, y en ocasiones lo hacen cuando ellos sienten que lo que se les pide no armoniza con su convicción, pero los padres lo consideran como un comportamiento normal en los niños, excepto uno de los padres que declaró que su hijo no presenta apatía en ningún aspecto de su vida.

Generalmente las actividades extraescolares en que participan los niños son: Violín, futbol, natación y coro, clases de tenis de campo, clases de piano, idiomas, predicación, clases de música, inglés, aventureros, además ellos expresaron que están completamente seguros que las actividades extraescolares en que sus hijos se encuentran inscritos son pertinentes para su edad ya que sus hijos han desarrollado habilidades que antes no poseían.

Los padres tienen muchas expectativas al incluir a sus hijos a las actividades extraescolares las cuales ayudan al aprovechamiento del tiempo libre, Por ejemplo, la música les ayuda a ser mejores estudiantes, les desarrolla y potencializa sus capacidades, habilidades, destrezas, a ser personas seguras y capaces, además les ayuda a tener un mejor desarrollo físico e intelectual, también les ayuda al trabajo en equipo y compañerismo a aprender otras cosas y lo mejor de todo ello es que se divierten.

Durante el periodo en que los niños han estado participando en las actividades extraescolares los padres no han visto en los niños ninguna actitud

negativa, sin embargo uno de los padres expreso que el niño en algunas ocasiones se muestra un poco apático a dichas actividades no porque las actividades extraescolares le generan alguna actitud negativa sino por en algunas ocasiones está muy cansado o no se siente bien físicamente. Al parecer los padres creen que los niños han tenido una mejora muy grande desde el momento que empezaron asistir a las actividades extraescolares ya que lo han podido evidenciar de muchas maneras como por ejemplo: se sienten contentos de poder nadar y cantar con los grandes, poseen motivación por aprender, por ser mejores cada día, han aprendido a ser constantes y perseverantes para lograr los propósito, para fijarse metas y esforzarse por alcanzarlas y ser más organizados.

Todos los niños tienen un horario fijo para realizar sus actividades extraescolares, por lo general son al contrario de su jornada estudiantil con un día y una hora especifico como tardes entre semana y domingo. Los lunes 3:30- 5:30: futbol; martes 2: 30 pm: natación: Violín 4:00 a 5:00 pm; miércoles 3:30 a 5: 30 pm; lunes coro 5.45 a 6:20 pm, Lunes y miércoles de 3: 30- 5: 30 pm escuela de futbol martes 4- 5 pm escuela de música. Tienen un horario fijo y un día estipulado ha generado en los niños muchos beneficios ya que tienen mejor receptividad, y un mejor nivel académico, mayor disciplina y un mejor aprovechamiento del tiempo.

Además, las actividades extraescolares ha logrado en el niño un mejor desarrollo físico, en cuanto a las actividades musicales, y el club de aventureros permiten fortalecer el desarrollo espiritual del menor y afianzan el alabar a Dios y a ser agradecidos, tienen actitud positiva y esto les ha ayudado a tener una mejor relación con las demás personas, ha mejorado su autoestima a sentirse capaz de

realizar todo lo que se propone, y por supuesto obtener una formación integral con un buen desarrollo motor.

Según los padres, las actividades extraescolares han ayudado a la mayoría de los niños a tener un mejor comportamiento y en algunos hábitos de la vida diaria ya que se dejan guiar, pero en ocasiones los niños se opone a obedecer lo que se les dice pero lo importante es que no son rebeldes, aunque ocasiones se convencen de su importancia y las adopta cabalmente, además, se comportan juiciosos realizado sus tareas correctamente y sin ayuda permanente.

Los padres mencionaron que los niños poseen de buenos hábitos a la hora de dormir ya que duermen de 10 a 11 horas diarias, y no solo se ha beneficiado los hábitos de la vida diaria sino también el rendimiento académico de los niños ha mejorado e incrementado desde que está participando en las actividades extraescolares

Aunque en algunas ocasiones los padres no conocen ni saben qué hacer en el momento en que los niños manifieste estar estresados, pero a la vez ellos están convencido que si conocen cómo se sienten, y es por eso que los escuchan y tratan de que puedan llevar una vida feliz, hablándoles siempre positivamente, compartiéndoles experiencias personales de momentos en los que ellos se han sentido igual, animándoles y facilitando un ambiente agradable siempre en el hogar donde haya entre los padres y los niños de comunicación y confianza, pero sin embargo cuando los padres sienten que los niños están como cansados de hacer una misma actividad deciden cambiarles de actividad paro generar estrés en los niños, permitiéndoles jugar cuando han estado estudiando mucho, estimularlos a practicar deportes y controlar el tiempo en TV y computador.

Análisis de las entrevistas de las profesoras

Generalmente en las actividades extraescolares que participan los niños son: Coro, instrumento, clases de futbol, música, natación y muy pocos ven plastilina, ballet, violín, bicicrós, inglés, patinaje y refuerzos para abarcar temas vistos en clases. Sin embargo las expectativas de algunos padres en cuanto el rendimiento académico de su hijo es que haya un progreso constante y evidente en la comprensión de conocimientos académicos y de formación personal , pero otros esperan que el rendimiento académico sea muy bueno, y las habilidades y capacidades de sus niños sean fortalecidas por las actividades extraescolares y lo hagan relucir en la escuela en respectivas áreas; además buscan que sus niños mejoren algunas dificultades, ya sea torpeza motriz fina o gruesa si la tienen; sin embargo hay padres que no esperan nada y solo desean que sus niños utilicen el tiempo libre en algo productivo o simplemente quieren que tengan un desfogue de energías acumuladas durante la presión que genera la actividad docente y también para que ellos quemen energías y lleguen quietos a la casa y se acuesten a dormir rápido.

En cuanto el interés por parte de los niños en las actividades extraescolares son positivas ya que la mayoría de ellos hablan muy a menudo de lo que hacen, como les va cuando tienen la actividades y como lo disfrutan, son muy felices al hablar de ello, sin embargo algunos de ellos tienen una actividad específicamente que no les gusta, ellos se expresan diciendo: que les parece muy aburrido y no desean ir; debido a ello el comportamiento de los niños en la escuela antes, durante y después de clases según los profesores declaran que es muy normal, son alegres, divertidos, juiciosos, respetuosos y agradables. En

cuanto si son muy activos o muy quietos no es porque ellos estén en actividades extras sino eso hace parte de su personalidad, eso es la esencia del niño. Probablemente se vean más activos en clase o en recreo cuanto a lo que ellos saben y eso ocurre porque precisamente son áreas familiares para ellos, pues la ven en las tardes. Aunque hay algunos niños que en ocasiones se comportan agresivos.

Por otra cabe mencionar que las actividades extraescolares proporcionan beneficios al niño en cuanto el rendimiento académico y sobre todo en algunas áreas más que en otras, además, están más atentos, concentrados y hábiles. Las actividades extraescolares son un medio estimulante muy grande para ellos ya que los motiva a ser más responsables y valorar su tiempo, a respetar a sus compañeros y a trabajar en grupo; sin embargo hay algunos niños que son muy buenos académicamente pero se la pasan estresados pensando en que no quieren ir a una actividad específicamente, eso es un castigo para ellos, son felices en las clases de la escuela porque son de su agrado; pese a esta y única falencia la mayoría de los niños esperan muy ansiosos la hora de salida de clases, pues desean llegar y estar muy pronto a las actividades extraescolares en las que están incluidos, sin embargo no se pueden descartar algunos niños que no desean salir de clases porque las actividades en las que están no son de sus gustos , para ellos clases les manifiesta pereza, aburrimiento y desagrado.

En cuanto si se presentan algunos síntomas de estrés en los niños en el aula de clase las maestras afirmaron que sí, como poca atención, somnolencia y agresividad, y que son por dos razones según porque las condiciones en el hogar no garantizan una estabilidad emocional y afectiva; o por que los niños están en

una actividad extraescolar no adecuada como el carate, ellos son muy ansiosos y agresivos a todo momento porque quieren mostrar lo que aprendieron a sus compañeros, agrediéndolos.

Ante un comportamiento no adecuado del niño los maestros emplean las siguientes estrategias: tratan que ellos socialicen, anotación y se habla con los padres si la falta fue grave, persuasión, cantar, hacer juego, captar la atención del niño, subir tono de voz, se le mira de frente y a los ojos, se le toca el hombro, sacarlo del salón para que reflexione cuando no funcionan algunas estrategias suaves, nuevos estímulos.

En cuanto al conocimiento de los maestros acerca del estrés ellos saben cuándo un niño tiene o no pues sus experiencias en el aula con el niño no han pasado de apercibido, ellos conocen muy bien al niño y saben distinguir el comportamiento de él cuándo presentan estrés, pues los niños lo evidencia, lo reflejan. Pese que el estrés no se manifiesta de la misma manera pues todo depende de la personalidad del niño. Una de ella se siente capacitada porque constantemente se está informando, no obstante hace recomendación que se debería dar charla de esto con los padres y aun con los profesores, porque no todos están preparados.

Los niños con estrés, presentan, llanto, frustración, apáticos, tímido, activos este punto es importante porque casi siempre tendemos de confundir este síntomas con hiperactividad. Sin embargo hay otras manifestaciones de estrés en los niños como morderse las uñas, torcer el cabello, mascar las camisetas, quejarse de dolores de la cabeza o del estómago pero no tan a menudo y aun

mas con otras características; otros manifiestan solo ansiedad no por las actividades extraescolares sino porque tienen problemas en el hogar.

En cuanto a lo anterior las herramientas que las maestras tienen para tratar el estrés en los niños son basadas a su experiencias, para una de ellas Dios es su ayuda, para otra materiales didácticos y tener paciencia, Se manifiesta que solo una maestra está preparada pues se mantiene en constante capacitación, ya sea en charlas, cursos o actualizaciones por internet. Sin embargo manifiestan que deberían ellos tener un manual y sobre todo para padres para que ellos estén informado acerca del estrés en los niños.

Análisis individual en la aplicación del manual

Participante número 1.

Al realizar la aplicación del manual con la participante numero 1 (madre); se podría decir que esta no manifiesta interés por la problemática presentada. En cuanto a la aplicación del manual se mostró desinteresada muestra poca importancia con el mismo aunque asegura que es un buen manual. Cabe tener en cuenta que la participante no sigue directamente las actividades de su hija debido que la cuidadora es la que realiza el acompañamiento en las mismas.

Información: se le hace entrega del manual a mediados del mes de Junio de manera directa y la actitud de la madre es positiva y queda agradecida por la entrega del manual aunque lo manifiesta con pocas palabras. Se hace el acuerdo de realizar las actividades para que en la próxima entrevista se tengan los datos solicitados en el formato.

Contexto: la madre y el padre de la menor, trabajan diariamente todos los días de lunes a viernes de 8 a.m. hasta las 5:30 p.m. y la menor queda en compañía de la cuidadora en horas de la tarde después de su jornada escolar.

Revisión del 1 de agosto del 2013

Primera entrevista a la participante número 1. Fue realizada en su casa. Fue realizada con la presencia de hermanos y la cuidadora n ausencia de los. La primera pregunta realizada es acerca del conocimiento del manual, a lo cual la niña y la cuidadora responden que no lo conocen pero que alguna vez vieron a la madre leyendo el manual. Parece ser que la madre hasta ahora quiere informarse para comenzar las actividades con la menor pero se tiene el referente que el manual se entregó hace más de un mes.

En la segunda pregunta realizada se les preguntó si deseaban desarrollar las actividades del manual para bajar los niveles de estrés, a lo cual se respondió afirmativamente y se mostró interés por conocerlas.

La cuidadora se compromete a preguntarle a la madre acerca del manual e informarle sobre la siguiente visita.

Revisión del 9 de agosto del 2013

Esta entrevista es realizada en la oficina de la participante número 1, ya que como afirma la cuidadora: “es raro encontrarla en la casa”.

Después de saludar a la madre, se le pregunta acerca del manual y de las expectativas de las actividades; ella con un rostro apenado responde que no ha desarrollado ninguna actividad pero se compromete a tener respuestas la semana

siguiente. Ante dicha respuesta, la investigadora le aclara que es importante para el beneficio del proyecto y de los niños, conocer la eficacia de las actividades y/o hacer los respectivos ajustes, para disminuir el estrés causado por las actividades extraescolares.

Revisión del 15 de agosto.

La siguiente revisión es realizada nuevamente en la oficina de la participante. La madre escucha atentamente el saludo pero cuando se le pregunta acerca del manual y de cómo va el proceso; responde con las siguientes palabras: “soy una desaplicada”, lo cual dio evidencia de que no había desarrollado las actividades pero aun así se le pregunta acerca de ellas a lo que responde que no realizó ninguna.

La preocupación por parte de la investigadora se hizo notar cuando le preguntó si el supuesto “descuido” era causa del trabajo, a lo cual se respondió positivamente.

Después de esto siguió una pequeña pausa silenciosa que fue interrumpida por la madre al asegurar que el fin de semana siguiente, dedicaría tiempo para desarrollar algunas actividades. Con esto finalizó esta entrevista.

Revisión del 22 de agosto.

La madre participante número 1 del proyecto, es entrevistada en su oficina como de costumbre e indica que: “reconoce que es una madre desjuiciada porque no ha hecho nada, asegura haber leído algo del manual pero todavía no desarrolla ninguna de las actividades”. Parece ser que no quiere empezar el proceso con el

manual. Ante esta respuesta, la investigadora responde sin reproche y se da por terminada la entrevista.

Revisión del 29 de agosto.

La participante, nuevamente dio avances negativos acerca de la realización del manual y asegura que la semana ha sido difícil por un accidente que tuviera la menor y esto la ha tenido muy ocupada pero que afortunadamente la niña no presenta daños físicos graves.

Revisión del 03 de octubre.

Finalmente, en la última entrevista realizada a la participante, ella evidencia haber leído el manual y agrega que este es muy bueno y vale la pena aplicarlo. Recomienda que las investigadoras le provean una referencia bibliográfica de un texto escrito dentro del manual que le pareció importante.

Participante número 2.

Al realizar la aplicación del manual con la participante numero 2 (madre); se evidencia el interés de ella hacia el manual y aunque tiene poco tiempo debido a su trabajo, aparta el lugar para poderlo aplicar. Se muestra muy interesada y con un espíritu abierto hacia las enseñanzas del manual afirmando que su aplicación fue para bienestar de su hijo.

Información: se le hace entrega del manual a mitad del mes de Julio. Para la entrega del manual se hizo una cita con la participante, en la entrevista, se le indicó el propósito del manual, los objetivos, y origen de las actividades planteadas

en él, luego se le dijo que después habría otro momento para que informara como iba avanzando con el manual. La participante, al parecer manifestó alegría al momento de entregarle el manual y dijo que iba a leerlo ya que sentía preocupación por saber si su hijo presentaba estrés

Contexto: La madre y el padre trabajan, pero la madre es quien se lleva a los niños en la tarde a su trabajo para poder cuidarlos mientras no están en una actividad extraescolar. El padre no tiene tiempo entre semana para los niños.

Revisión julio 25:

Se le preguntó a la participante si leyó el manual, ella respondió que le ha gustado mucho, pero aún no ha tenido tiempo ya que está muy ocupada con el trabajo, pero la otra semana implementará las actividades.

Revisión agosto 13:

La participante ya implemento las actividades y ha indicado que le “gustan”, ella no tiene tiempo de seguir contando como le ha parecido el manual ya que está ocupada trabajando.

Revisión septiembre 5

Durante una semana completa, se ha llamado a la participante número 2 acordando una cita para hablar de los progresos del manual, pero indica que no tiene tiempo, finalmente se arregla una cita con ella el jueves 05 de septiembre a las 9pm después de trabajo ya que es el único tiempo que tiene libre.

Indico que su hijo “reacciono bien, le gusta; también le gusta que lo acompañe a hacer las actividades, fue muy receptivo en todas las actividades que pude realizar con él”.

Frente su actitud hacia el manual la participante dijo “pues a mí me pareció muy bueno, a pesar de que no pude realizar todas las actividades del manual, no lo aplique completamente, hubieron algunas cosas que leí acerca del manual que me hicieron caer en cuenta en cosas que tú crees que no pueden afectar al niño, pero si”.

Se le pregunto si el padre también participaba en la lectura y en la aplicación del manual a lo que ella respondió que le había mencionado acerca del manual pero que él no podía, ya que se mantenía muy ocupado en el trabajo.

La participante número expresó que el manual le pareció “muy bueno” hasta donde pudo leerlo y aplicarlo.

Participante número 3.

Al realizar la aplicación del manual con la participante número 3 (madre); se refleja de manera positiva el interés de ella hacia el manual y aunque manifiesta tener poco tiempo debido a su trabajo, indica que dará lugar para poderlo aplicar. Refleja gusto por ser participante en la ejecución del mismo; y a su vez atendió a las entrevistas requeridas para la recolección de la información.

Contexto: padres con actividad laboral diaria.

Información: Se le hace entrega del manual a principios del mes de julio por medio de la maestra del menor pero en un primer momento no llegó. Después de contactar nuevamente a la docente por medio de la cual se le enviaron los

manuales, finalmente pudieron llegar a su destino. La participante es atenta y muestra un acompañamiento considerable en la mayoría de las veces en cada una de las actividades extraescolares que realiza el menor.

Entrevista telefónica del 26 de julio

El grupo investigador realiza una llamada telefónica a la participante madre del menor para informar el envío del manual, recordar la participación de su hijo en el proyecto en el anterior año 2012 y su participación en la culminación del mismo en el presente año 2013, su propósito, contenido, fuentes del contenido, objetivos, información de las investigadoras, formas de la recolección de la información, tiempo con el manual, sus aportes al manual, entrega del manual al grupo investigador, tiempo de corregir el manual y nueva entrega del manual. La actitud de parte de la madre en la primera llamada telefónica fue amable, de disposición en colaborar, interés en preguntar cuál era su función con el manual, de igual manera formulo preguntas de por qué se había escogido a su hijo para la implementación del manual, manifestando “mi hijo es muy juiciosos en los estudios, por eso lo escogieron” finalmente manifiesta “cuentas conmigo, aunque trabajo podré implementar el manual, puedes llamar cada vez que necesites”

Entrevista telefónica del 31 julio

La participante atiende a la llamada telefónica y Luego de un saludo por parte de la investigadora, ella manifiesta que aún no lo ha leído pero promete leerlo para así tener informes en la segunda llamada.

Entrevista telefónica del 7 de agosto

La participante atiende la llamada y muestra actitud amable brindando información frente al manual, mostrando una vez más estar interesada.

Entrevista telefónica del 10 de agosto

La participante numero 3 muestra interés en la lectura del manual en la cual una vez más indica que iniciara la lectura. Manifiesta que le interesa el material y se compromete a leerlo, dice “puedes llamarme porque si lo voy a leer”

Entrevista telefónica del 14 de agosto

Partiendo de un cordial saludo la participante indica lo siguiente: “he realizado una actividad”. Y asegura que disfruta los espacios con su hijo.

Entrevista telefónica del 06 de septiembre.

En esta oportunidad el grupo investigador no obtiene una llamada telefónica tras insistir. Para esta oportunidad el grupo investigador recibiría finalmente las sugerencias y la culminación de las actividades planteadas en el manual, pero no se logró la llamada.

Participante número 4.

Al realizar la aplicación del manual con el participante número 4 (madre); se encuentra interés por su parte para con este y manifiesta hacer posible su realización. Muestra compromiso y atiende a cada una de las entrevistas que fueron posibles para la debida recolección de la información.

Contexto: La madre procura estar siempre en casa para estar en compañía de la menor.

Información: Entrega del manual a principios del mes de julio de manera indirecta por parte de la maestra de la participante # 4, aun cuando en primer momento no llegó. Luego que el grupo investigador contacta nuevamente a la docente por medio de la cual se enviaban los manuales, finalmente llegan a su destino. La participante es atenta y muestra el debido acompañamiento en la mayoría de las veces en cada una de las actividades extraescolares que realiza el menor.

Entrevista telefónica del 26 julio

Seguidamente el grupo investigador realiza una llamada telefónica a la participante número 4 para informar el envío del manual, recordar la participación de su hija en el inicio del proyecto en el anterior año 2012 y su participación en la culminación del mismo en el presente año 2013, propósito del manual, contenido, fuentes del contenido, objetivos, información de las diseñadoras del manual, formas de la recolección de la información, tiempo con el manual, sus aportes al manual, entrega del manual al grupo investigador, tiempo de corregir el manual y nueva entrega del manual. Su actitud frente a la primera llamada telefónica fue gratificante para el grupo investigador lo cual brindo apoyo y seguridad en la realización del manual, lo cual indico interés, colaboración, disposición y amabilidad lo que hizo posible comunicar la importancia del manual.

Entrevista telefónica del 7 de agosto

La participante indica interés en realizar el manual y manifiesta “es mi interés poder realizar este manual con mi hijo, pero no he empezado”.

Entrevista telefónica del 10 de agosto

Se realiza la llamada telefónica a la participante número 4, y después de un amable saludo se le pregunta acerca de las actividades del manual a lo cual se responde que no lo ha empezado a leer. La investigadora le recuerda la importancia de llevar a cabo las actividades del manual para poder mejorar la problemática en estudio.

Entrevista telefónica del 14 de agosto

En la llamada telefónica que se realiza en este día, la participante declara lo siguiente: “No he empezado pero podemos seguir comunicándonos, yo le cuento lo que voy realizando”.

Entrevista telefónica del 26 de agosto

La participante Indica que lo ha empezado a leer, y cuando se vuelva a realizar la próxima llamada, comunicará la información de lo realizado con el manual.

Entrevista telefónica del 4 de septiembre

Se realiza la llamada telefónica y después del saludo, la participante se compromete a entregar sugerencias del manual. La investigadora le agradece y promete llamarla el día siguiente.

Entrevista telefónica del 4 de septiembre

Como se había acordado el día anterior, se realiza la llamada a lo cual la participante dice: “puedes llamar mañana no estoy en la casa ya tengo anotado en el manual algo para decirte”. Se despiden cordialmente y acuerdan comunicarse el 13 de septiembre.

Participante número 5

Contexto: La madre comparte suficiente tiempo diario con el niño y lo acompaña a todas las actividades extraescolares a lo cual lo tiene inscrito.

Información: Se le hace entrega del manual a la participante número 5, debido a la información obtenida por la docente personal de música del niño, ya que en los meses pasados el niño manifestó una conducta de estrés al afirmar que no tenía tiempo para el solo y que en cambio en la semana tenía que realizar demasiadas cosas, entre las cuales están: clases de música, clases de futbol, clases de natación y las clases de la escuela. La participante, realiza el debido acompañamiento la mayoría de las veces en cada una de las actividades extraescolares que realiza el menor.

Teniendo en cuenta este antecedente, se acordó entregar uno de los manuales para mejorar el estado emocional y anímico del niño.

El día que se realiza la entrega del manual (a mediados de agosto), a la participante (madre), se le explica el propósito del manual y el curso del proyecto, a lo cual la madre responde que a su hijo en cambio le encanta estar ocupado, y manifiesta deseo por desarrollarlo junto con su hijo.

Entrevista del 21 de septiembre

Esta entrevista es realizada en el momento en el que el niño está recibiendo una clase extraescolar de música y la participante está realizando el acompañamiento.

Después de un cordial saludo, se le pregunta a la participante y ella responde que no realizó las actividades del manual debido a que está demasiado ocupada con su hijo y esto provoca olvido, pero añade que cambió el puesto del manual para otro más visible y así poder desarrollar las actividades para dar avances en la próxima revisión.

Análisis general

En esta sección los investigadores harán un análisis general teniendo en cuenta los resultados del análisis específico, esta ayudará a dar respuesta al objetivo general planteado y asimismo, fundamentado en algunos teóricos, dar respuesta a la pregunta de investigación.

El estrés en los niño se identifica por algunas características especiales, Villalón (1998), menciona que los niños con estrés pueden mostrarse “ansiosos, retraídos y dependientes de los adultos; no están dispuestos a enfrentar

situaciones nuevas y manifiestan diversos temores. Pueden presentarse síntomas físicos, como dolor de cabeza, náuseas, dolor de estómago" (p. 90).

Por otra parte, Trianes (2002) sugiere reacciones cognitivas como: "Baja autoestima, teorías o pensamientos negativos, indefensión" y reacciones conductuales como: "Inhibición, pasividad, trastornos del sueño, trastornos de la alimentación, problemas conductuales", a lo problemas emocionales agrega: "Irritabilidad y labilidad emocional, depresión, temores y fobias, agresividad" (p. 25).

Partiendo de los teóricos, se puede deducir que los niños analizados no muestran baja autoestima, pérdida de memoria, ni pasividad, sin embargo, se ven afectados en la parte cognitiva en el aspecto de la distracción. Los menores observados son permeables a las influencias del medio, mostrando un comportamiento muy activos y se distraen al realizar las tereas, tanto en la casa como en el colegio, se levantan del puesto, interrumpen las clases al hablar con los compañeros, y hacer juegos en momentos inadecuados. Los padres y maestras coinciden en este aspecto, pero consideran que es normal para la edad en que se encuentran los niños, descalificando este aspecto como un síntoma de estrés infantil.

En el aspecto emocional, los niños no presentan labilidad, depresión o fobias, pero si se muestran temores al fracaso y ansiedad, porque sienten al parecer sus padres esperan mucho de ellos y sienten que no deben defraudarlos en ninguna de las formas, y que deben ser responsables en todos los aspectos, esto lleva a los niños que no se den la oportunidad de aprender de sus propios errores, algo tan fundamental para las bases de una vida adulta saludable.

Según Delgado (2009), una de las razones por la que los padres inscriben a los hijos en las actividades extraescolares es su ausencia por motivos laborales (p. 119).

En cuanto a la relación padre-hijo, en las entrevistas se pudo ver que los padres están poco tiempo en la casa, por causa de trabajo, por lo tanto, inscriben a los niños en las actividades extraescolares para que aprovechen al máximo el tiempo libre y desarrollen habilidades. Aunque los padres en el tiempo que les queda libre lo dedican para estar en familia. Esto beneficia a los niños al generar en ellos un apego seguro, descartando así la dependencia, que es un factor indicador del estrés infantil.

Otra de las razones que se pudo encontrar de que los padres inscriben a los niños en las actividades extraescolares es lograr que los niños desfoguen sus energías para que lleguen a la casa a dormir, además para liberar el estrés generado por las cargas académicas, también para que sean más productivos académicamente.

Un aspecto de la parte social es la apatía que en ocasiones muestran los menores frente a sus compañeros, profesores y a veces a sus padres debido al cansancio causado por las actividades extraescolares, señal que muestra si los niños están estresados o no.

Agulló (2007), menciona que los niños con sobrecargas de actividades extraescolares hacen que estén estresados o agobiado y trae como consecuencia en el niño la lentitud como una respuesta (p. 21).

La autora también señala que “es importante evitar un exceso de actividades pues puede llevar a los niños a un agotamiento físico y mental muy

perjudicial para ellos. Al niño debe quedarle tiempo para realizar adecuadamente sus laborares escolares y tener un tiempo en descanso en familia" (p 61).

En el aspecto de la salud los niños no presentan dolor de cabeza, dolor de estómago, náuseas ni sudoración excesiva pero si tienen algunos síntomas de trastorno de sueño y cansancio, puesto que son levantados muy temprano por sus padres para ir a la escuela (5:00 a.m.) y ellos desean seguir durmiendo, además les da mucho sueño en las horas de clases cuando el día anterior se han acostado muy tarde (9:00-11:00 Pm), esto es consecuencia de realizar las tareas académicas en la noche porque en la tarde no tuvieron tiempo, pues debían cumplir con otras responsabilidades (actividades extraescolares), además de ello los niños se sienten cansados físicamente y solo desean dormir, por ende en muchas ocasiones los padres deben hacer las tareas por que los niños no responde ante esta situación. Esto indica que los padres no administran el tiempo del niño de manera adecuada, además ignoran que la salud de sus hijos está siendo afectada.

En cuanto a la conducta, el niño no presenta agresividad e inhibición, pero si manifiesta pereza y aburrimiento al realizar actividades extraescolares que no son de su agrado, por tanto no desean ir a ellas, de lo cual algunos padres están al tanto y los llevan porque ellos desean que sus hijos desarrollen alguna habilidad; no tomando en cuenta la opinión del niño, sin embargo la mayoría de los padres creen que sus hijos disfrutan dichas actividades.

En cuanto el tiempo de actividades corrientes y extraescolares, los menores salen de clase y deben realizar con prontitud las actividades académicas, luego dirigirse a las actividades extraescolares, y luego volver a la casa a terminar

de hacer las tareas y si les queda tiempo juegan, no obstante los padres mencionan que ellos si tienen un tiempo estipulado para el juego libre, cuyo resultado es: analizando todo en general el niños si tiene un tiempo para su juego libre pero todo depende de que las actividades académicas y extraescolares se hayan realizado o cumplido satisfactoriamente esto es en la semana; en cuanto a los fines de semana la mayoría de los niños si tienen este espacio de juego libre.

Las actividades extraescolares tienen una intensidad de una hora pero algunos ven dos actividades diarias y otros una actividad diferente todos los días, es decir cinco actividades semanales.

Según Collins (2003), “los niños necesitan libertad para relajarse y un espacio personal para desarrollar sus propias ideas e intereses” (p. 89). De este modo se puede ver que los niños no están gozando de este tiempo adecuado y prudente de esparcimiento y están siendo limitados por las cargas de las responsabilidades que demandan las asignaciones académicas y las extraescolares también.

Según Rodriguéz & Zehag (2009), una de las causas principales por las cuales los niños padecen estrés es porque no tienen tiempo para ellos, es decir, para el juego libre y el esparcimiento, debido a las excesivas actividades extraescolares como son natación, informática, ingles etc. Además de las grandes demandas sociales de competitividad, o sea ser los mejores en todo (p. 41).

Por otra parte, las actividades extraescolares son pertinentes para los niños en relación con la edad de ellos. Sin embargo en algunos casos, estas actividades no son del gusto de los menores.

Dado a su experiencia, los padres y maestras consideran estar al tanto de los síntomas del estrés infantil, pero les hace falta tener un conocimiento más amplio del tema y además saber las estrategias adecuadas que deben usar para reducir el efecto del estrés en los niños.

Hernández et al. (2010) enseña que el proceso esencial del análisis consiste en que recibimos datos no estructurados y los estructuramos" (p. 440).

Define ocho propósitos fundamentales:

1. Darle estructura a los datos, lo cual implica organizar las unidades, las categorías, los temas y los patrones.

2. Describir las experiencias de las personas estudiadas bajo su óptica, en su lenguaje y con sus expresiones.

3. Comprender en profundidad el contexto que rodea los datos.

4. Interpretar y evaluar unidades, categorías, los temas y patrones.

5. Explicar ambientes, situaciones, hechos, fenómenos.

6. Reconstruir historias.

7. Encontrar sentido a los datos en el marco del planteamiento del problema.

8. Relacionar los resultados del análisis con la teoría fundamentada o construir teoría.

En cuanto a la aplicación del manual: "Manual para padres", que se realizó en la segunda fase de la investigación, podríamos afirmar que los padres manifiestan interés por el manual pero no dedican tiempo para desarrollarlo. En la revisión de la aplicación del manual, se evidencia que aunque los padres dedican

un poco de su tiempo a sus hijos, esto no es suficiente para lograr que los niños tengan un equilibrio emocional con sus padres y sus quehaceres académicos.

Añadiendo a esto, también se podría decir que algunos de los padres están más interesados en mantener ocupado el tiempo de los niños, que en verdad estimular su conocimiento.

En la etapa inicial del proyecto, se argumentó que los padres de los niños inscribían a sus hijos en actividades extraescolares para que estos tuvieran un mejor aprovechamiento del tiempo y para que estos mejoraran sus capacidades y potencialidades, pero cuando los padres son llevados a la práctica; evidencian que la razón mayor por la cual inscriben a sus hijos en actividades extraescolares es para ocupar su tiempo, y más si se tiene en cuenta que la mayoría de los niños sólo tienen 1 o 2 días libres sin actividad y otros simplemente no tienen ningún día de la semana libre de actividades.

En las aplicaciones, no todos los casos reaccionaron de igual manera pero la mayoría dejó ver su poco interés hacia la problemática: estrés infantil causado por las actividades extraescolares. Además, los padres creen que son ajenos a esta problemática, argumentando que algunos síntomas vistos en los niños son normales y que estos no se asocian con el estrés infantil.

Conclusión

En este capítulo se mostraron los resultados de los datos recolectados por medio de la entrevista y la observación de nueve niños participantes de ambos géneros, y también se entrevistó a sus padre y maestras que dieron luz para entender el contexto de los niños y de este modo determinar si las actividades extraescolares en los que están inscritos los menores están generando estrés en ellos.

CAPÍTULO CINCO: CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

Teniendo en cuenta los resultados del capítulo anterior se presentan las conclusiones y recomendaciones de la investigación llevada a cabo, este capítulo es de vital importancia para la culminación de la investigación por qué presenta propuestas que pueden contribuir a la prevención del estrés infantil generado por las actividades extraescolares.

Finalmente los investigadores concluyen que:

Uno de los mayores estresores en la infancia es la presión escolar o las muchas demandas de las actividades escolares o extraescolares que se presentan al niño como responsabilidades a las que el menor se siente imposibilitado para responder.

La cantidad de actividades extraescolares no siempre son causa de estrés en los niños, el origen de dicho estrés es la falta de espacio y tiempo suficiente para el juego libre y el descanso incluso durante las horas del día.

Se encontró que aunque las actividades extraescolares no excedan de una por semana, genera estrés en el niño, si éstas no son de su agrado

Los niños manifiestan cansancio físico e intelectual al finalizar el día dado a sus múltiples ocupaciones.

Los padres y maestros no tienen conocimiento de las estrategias pertinentes para contrarrestar los efectos del estrés en los niños.

Los padres incluyen a los niños en muchas actividades extraescolares porque no tienen amplio conocimiento de los intereses del niño y de sus necesidades como infantes, además del equilibrio que se debe tener en cuenta para evitar el estrés en los niños. Se confirmó que la mayoría de los niños están en las actividades extraescolares porque los padres no tienen tiempo para estar con ellos debido al trabajo, además los inscriben en ellas con el objetivo de desarrollar destrezas y habilidades en los menores y tienen altas expectativas en el desarrollo de sus hijos ya que el entorno social postmoderno sugiere un avance prematuro de las habilidades que deben desarrollar los menores.

Con respecto a la segunda fase que fue la realización del manual como se evidencia en el último objetivo específico del primer capítulo de la presente investigación se encontró que:

Los padres no manifiestan el interés suficiente por la problemática del estrés en los niños y se comprobó porque la mayoría de los participantes, no aplicaron el manual con sus hijos, a pesar de que reconocían su importancia y pertinencia para los niños que padecen de estrés.

También se evidenció que a pesar de que existe suficiente material acerca del estrés, los padres no toman la iniciativa de investigar para que sus hijos no padezcan de estrés. Los padres actualmente se dejan absorber por las actividades cotidianas y por el trabajo diario, y dejan a un lado la importancia que tiene la salud mental y emocional que viven sus hijos. Quieren el bien para sus hijos, pero cuando este bien, requiere de un esfuerzo extra como la aplicación de un manual que

finalmente es para su mismo bienestar, prefieren pasar por alto algunos síntomas que presentan los niños y así excluir el problema de sus mentes.

Debido a esto, al culminar con la segunda y última fase de esta investigación, se crean algunos interrogantes en las investigadoras tales como: ¿Actualmente los padres tienen hijos para que estos sean educados y preparados para un buen futuro? ¿Son estos hijos planeados? ¿El pensamiento de los padres acerca de los hijos es que estos son necesarios para la felicidad del hogar, como un requisito de las familias sin pensar en el presente continuo que cada uno de estos niños viven? En este punto, se trae a colación la importancia de la adecuada y debida planificación de los hijos, previendo también la clase de vida que quieren para ellos.

Recomendaciones

Los padres y maestros deben identificar los sentimientos del niño y enseñarle a conocerse a sí mismo, reconocer sus emociones y a ponerle nombre a sus sentimientos y a saber expresarlos adecuadamente.

Los padres deben permitir espacios diarios de juego libre y también que jueguen con ellos, de esta manera se desarrollan muchas habilidades interpersonales.

Los padres a la hora de elegir una actividad extraescolar para el niño, se debe tener en cuenta el interés y el gusto del niño por ella, para que esta no se convierta en una carga sino en un espacio de esparcimiento para él.

Los padres y maestros deben estar en la capacidad de enseñarle al niño técnicas de relajación.

Los padres y maestros deben estar al tanto de las estrategias adecuadas para el manejo del estrés infantil, para que estén calificados para beneficiar a los niños.

Recomendaciones para el manual:

Con base a los resultados de la investigación, para la siguiente fase se recomienda a los miembros del semillero de investigación que continuaran con la siguiente fase:

Sugerir e implementar estrategias y recomendaciones claras para padres y maestros acerca del uso adecuado de las actividades extraescolares.

Se tendrá en cuenta los resultados de la investigación y se escribirá la importancia del juego libre y el descanso.

Sugerir a los padres y maestros la identificación y el tratamiento adecuado del estrés infantil.

Sugerir algunas actividades de relajación.

Tener en cuenta las diferentes edades y temperamentos de los niños a la hora de hacer las sugerencias

Se propone llevar a cabo la escuela de padres durante el año 2013, para reforzar el conocimiento de los padres y maestros sobre el tema del estrés infantil, su relación con las actividades extraescolares y la aplicación de las estrategias expuestas en el manual.

Recomendaciones finales

Se recomienda a los padres que acudan a las fuentes pertinentes para conocer más acerca del estrés causado por las actividades extraescolares para que evidencien que esta es una problemática que está cerca a todos aquellos que deciden inscribir a sus hijos en una o varias actividades extraescolares.

Dedicar tiempo de calidad a los niños, teniendo en cuenta que en el análisis realizado, se evidencio que los padres no dedican suficiente tiempo de calidad con sus hijos.

Analizar detenidamente el propósito de inscribir a sus hijos en actividades extraescolares, porque si es sólo para que el niño utilice su tiempo, pueden verse consecuencias negativas.

Investigar con su hijo si la actividad a la cual se ha inscrito (o antes de hacerlo) es realmente de su agrado para que esto no ocasione momentos estresantes en el niño.

Estar atentos a los síntomas que los niños presentan; que puedan indicar un grado de estrés debido a las actividades extraescolares.

Finalmente, se recomienda que cuando se desarrollen las actividades del manual, no limiten la creatividad y el espacio para las actividades que aquí se presentan.

Referencias

Agulló, V. (2007). Tengo Miedo. En V. Agulló, *Tengo Miedo* (pág. 21). Barcelona, España: Ceac.

Alfonso Garcia, Josué Llull. (2009). El juego infantil y su metodologia. En J. L. Alfonso Garcia, *El juego infantil y su metodologia* (pág. 44). Madrid, España: Editorial Editex, S.A.

Alonso, A., & Mas, M. (2007). Las actividades extraescolares relacionadas con la ciencia y la tecnología. (Spanish). *Revista Electrónica De Investigación Educativa, 9(1)* , 1-34.

Alonso, R. F. (2007). Tiempos escolares (Spanish). *Cuadernos De Pedagogía 365. Fuente Académica Premier. Web. 9 May 2012.* , 74-79.

Aparicio, T. (29 de 10 de 2008). *PulevaSalud*. Recuperado el 01 de 08 de 2012, de PulevaSalud: http://www.pulevasalud.com/ps/subcategoria.jsp?ID_CATEGORIA=104363&ABRIR_SECCION=5

Bou, J. F. (2004). Por la boca muere el pez. En J. F. Bou, *Por la boca muere el pez* (pág. 71). Alicante, España: Editorial Club Universitario.

Buendía, J., & Mira, J. (1993). Eventos vitales, afrontamiento y desarrollo. Un estudio sobre el estrés infantil. En J. Buendía, & J. Mira, *Eventos vitales, afrontamiento y desarrollo. Un estudio sobre el estrés infantil* (pág. 14). Segur, Lérida: Secretariado de publicaciones, universidad de Murcia.

Carmona Rodríguez, C., Sánchez Delgado, P., & Bakieva, M. (2011). Actividades Extraescolares y Rendimiento Académico: Diferencias en Auto-concepto y Género. *Revista de Investigación Educativa, 29 (2)* , 447-465.

Carranza, M. L. (2010). Conflictos emocionales del niño. En M. L. Carranza, *Conflictos emocionales del niño* (pág. 74). Editorial Concepts.

Collins, J. (2003). La salud del bebé y del niño. En J. Collins, *La salud del bebé y del niño* (pág. 89). Madrid, España: Donnelley.

Crespí Rupérez, M. (2011). Expresión y comunicación. En M. Crespí Rupérez, *Expresión y comunicación.* Madrid, España: Ediciones paraninfo, SA 1ra edición.

Delgado, I. (2011). El juego infantil y su metodología. En I. Delgado, *El juego infantil y su metodología* (pág. 119). Madrid, España: Paraninfo.

Durán, E. (2005). Gramática normativa de la lengua española: construcción de textos. En E. Durán, *Gramática normativa de la lengua española: construcción de textos* (pág. 41). Barcelona, España: Universidad de Barcelona.

El congreso de Colombia, l. 1. (8 de Febrero de 1994). *Secretaría General de la Alcaldía Mayor de Bogotá D.C*. Recuperado el 19 de Marzo de 2012, de Secretaría General de la Alcaldía Mayor de Bogotá D.C: http://www.alcaldiabogota.gov.co/sisjur/normas/Norma1.jsp?i=292

Ensinck, G. (15 de 07 de 2008). *guiainfantil.com*. Recuperado el 21 de 05 de 2012, de guiainfantil.com: http://www.guiainfantil.com/educacion/familia/hijounico.htm

Equipo de Especialistas de Medicinas alternativas. (2006). Estrés y fatiga cronica 1ª Edición. En E. d. alternativas, *Estrés y fatiga cronica 1ª Edición* (págs. 49-50). Buenos Aires, Argentina: Ediciones LEA S.A.

Filippis, G. (2008). Desafío de bienestar. Viviendo más allá del stress. En G. Filippis, *Desafío de bienestar. Viviendo más allá del stress* (pág. 75). Buenos Aires, Argentina: S.L; S.N.

Fuentes, S. M. (2005). Logro escolar y poder. Sus implicaciones en el desarrollo socio-moral de los estudiantes de una escuela técnica. En S. M. Fuentes, *Logro escolar y poder. Sus implicaciones en el desarrollo socio-moral de los estudiantes de una escuela técnica* (págs. 108-109). México D.F: Plaza y Valdez editores.

Gemma Cánovas, S. (2010). El oficio de ser madre: la construcción de la maternidad. En S. Gemma Cánovas, *El oficio de ser madre: la construcción de la maternidad* (pág. 190). Madrid, España: Ediciones Paidós ibérica.

Ghiglione María E., Filippetti Vanessa Arán, Manucci Vanesa, Apaz Andrea. (2011). Programa de intervención, para fortalecer funciones cognitivas y lingüísticas, adaptado al currículo escolar en niños en riesgo por pobreza. *Interdisciplinaria: revista de psicología y ciencias afines, 28(1)* , 17-36.

(2009). técnico en emergencias sanitarias. Apoyo psicólogico en situaciones de emergencias. En J. Gómez, M. Peréz, & E. Corral Torres, *técnico en emergencias sanitarias. Apoyo psicólogico en situaciones de emergencias* (págs. 61, 62). Madrid, España: Arán Ediciones, S. L.

Gooyder. (1990). *Eventos vitales, afrontamiento y desarrollo: un estudio sobre el estrés infantil.*

Grajales, T. (27 de 03 de 2000). *tgrajales.net/investipos.pdf.* Recuperado el 22 de Marzo de 2012, de tgrajales.net/investipos.pdf: tgrajales.net/investipos.pdf

Hoog, T. (2005). El secreto de educar niños felices y seguros. En T. Hoog, *El secreto de educar niños felices y seguros* (pág. 242). Bogotá, Colombia: Norma.

Jaimes. (2002). ¿Niños con estrés? *Ser padres hoy* , 25.

Julie B. Kaplow; Kenneth A. Dodge; Lisa Amaya-Jackson; Glenn N. Saxe. (2004). Trayectorias que conducen al trastorno por estrés postraumático, parte 2: abuso sexual infantil.

Kuzman, K. (2005). Crear amor. Principios que pueden revolucionar sus relaciones humanas. En K. Kuzman, *Crear amor. Principios que pueden revolucionar sus relaciones humanas* (pág. 26). Buenos Aires, Argentina: Casa Editora Sudamericana.

López, M. (2011). Tomasello y Stern. Dos perspectivas actuales incluyentes del Desarrollo Infantil. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud, 2 (9)* , 509 - 521.

Martín, E. F. (2010). Recuperado el 22 de Marzo de 2012, de Predictores emocionales y cognitivos del bajo rendimiento.

Martín, P. (2007). *Código de la infancia y la adolescencia Versión comentada.* Recuperado el 19 de Marzo de 2012, de Código de la infancia y la adolescencia Versión comentada: http://www.publicaciones.unicefcolombia.com/wp-content/uploads/2007/03/codigo-infancia-com.pdf

Martínez, m., & García, m. (2011). Implicaciones de la crianza en la regulación del estrés. *Revista latinoamericana de ciencias sociales, niñez y juventud, 9(2)* , 535-545.

Marulanda Gómez, Á. (2003). Sigamos creciendo con nuestros niños. En Á. Marulanda Gómez, *Sigamos creciendo con nuestros niños* (págs. 201-203). Bogotá, Colombia: Editorial Norma S.A.

Méndez, M. P. (2011). El Impacto de las Nuevas Tecnologías y las Nuevas Formas de Relación en el desarrollo. *Psicologia Educativa, 17(2)* , 147-161.

Mulligan, S. (2006). Terapia Ocupacional En Pediatría Proceso De Evaluación. En S. Mulligan, *Terapia Ocupacional En Pediatría Proceso De Evaluación* (pág. 126). Buenos Aires, Argentina: Editorial medica panamericana.

Navas, L., & Castejón, J. (2011). Dificultades y trastornos del aprendizaje del desarrollo en infantil y primaria. En L. Navas, & J. Castejón, *Dificultades y trastornos del aprendizaje del desarrollo en infantil y primaria* (pág. 512). Alicante, España: Club Uniersitario.

Oblitas Guadalupe, L. A. (2010). Psicología de la salud y calidad de vida. Tercera edición. En L. A. Oblitas Guadalupe, *Psicología de la salud y calidad de vida. Tercera edición* (págs. 231, 232). México: Cengage Learning Editores, S.A.

Ortiz González, G. (1998). La otra cara de la evaluación. En G. Ortiz González, *La otra cara de la evaluación* (pág. 19). Progreso.

Pelt, N. V. (2008). Como formar hijos vencedores, la formación del caracter y la personalidad. 3ª Edición. En N. V. Pelt, *Como formar hijos vencedores, la formación del caracter y la personalidad* (pág. 29). Buenos Aires, Argentina: Asociacion Casa Editora Sudamericana .

Pereda, J. B. (2007). Psicopatología Infantil. Horsori Monográfico, tomo 1. En J. B. Pereda, *Psicopatología Infantil* (págs. 23-24). Barceona, España: Horsori Editorial, S. L.

Perez, E. (2007). ¿Qué le pasa a mi hijo? En E. Perez, *¿Qué le pasa a mi hijo?* (pág. 232). Madrid, España: Edaf Ediciones, S.L.

Rodriguéz, A., & Zehag, M. (2009). Anatomía personal y salud infantil. En A. Rodriguéz, & M. Zehag, *Anatomía personal y salud infantil* (pág. 41). Madrid, España: Editex S, A.

Rodriguéz, N. (2009). "no quiero ir contigo" como saber si tu hijo es manipulado por su ex pareja. En N. Rodriguéz, *"no quiero ir contigo" como saber si tu hijo es manipulado por su ex pareja* (pág. 47). Barcelona, España: Ediciones CEAC.

Rosenfeld, Alvin; Wise, Nicole. (2002). La hiperescolarización de los niños, las actividades extraescolares añadida para tus hijos. En A. Rosenfeld, & N. Wise, *La hiperescolarización de los niños, las actividades extraescolares añadida para tus hijos* (págs. 16, 19, 23, 27, 97). Buenos Aires, Argentina: Ediciones Paidós Ibérica, S.A.

Saraydarían, T. (2005). Sinfonía del Zodiaco (3° reimpresión). En T. Saraydarían, *Sinfonía del Zodiaco (3° reimpresión)* (pág. 39). Buenos Aires, Argentina: Editorial Kier S.A.

Silvia Collado; José Antonio Corraliza. (2011). La naturaleza cercana como moderadora del estrés infantil. *Psicothema, 23(2)* , 221-226.

Soldano, M. (2004). Guía Práctica para Padres una Herramienta Valiosa para la Familia y los educadores. En M. Soldano, *Guía Práctica para Padres una Herramienta Valiosa para la Familia y los educadores* (pág. 97). Buenos Aires: AlbastroSaci.

Stein, L. (2006). Estimulación temprana, guia de actividades para niños de 2 años. En L. Stein, *Estimulación temprana, guia de actividades para niños de 2 años* (pág. 23). Buenos Aires, Argentina: Altuna Impresores.

Topping, W. (2011). Afrontar el estrés con éxito. En W. Topping, *Afrontar el estrés con éxito* (págs. 20-21). Barcelona, España: Visionlibros.

Torres, Mª Victoria, Mena, M., Baena, Fernandez. Espejo, Milagro., Montero, E., & Sánchez, Á. (2009). Evaluación del estrés infantil: Inventario Infantil de Estresores Cotidianos. *Psicothema, 21(4)* , 598-603.

Trianes, M. V. (2003). *Estrés en la infancia: su prevención y tratamiento.* Madrid, España: NARCEA, S.A.

Villalón, M. (1998). Ayudando a crecer. La tarea de todos los días. En M. Villalón, *Ayudando a crecer. La tarea de todos los días* (pág. 90). Santiago de Chile: Andres Bello.

White, E. (2004). Conducción del niño. En E. White, *Conducción del niño* (pág. 280). Miami, Florida: APIA.

Anexos

Anexo A: Entrevista para los niños

Esta entrevista tiene el propósito de ver las características de los niños de 5 a 7 años que se encuentran inscritos en alguna actividad extraescolar, con el fin de determinar si dichas actividades generan estrés en ello. Además de contribuir a la construcción de un manual de estrategias que permitan al padre y al maestro conocer las diferentes herramientas para el manejo adecuado del estrés infantil.

Fecha: _____	Hora: _____	Ciudad: _____	Lugar: _____
Entrevistador: _____		Entrevistado:_____	
Edad: _____	Género: _____	Grado: _____	

Preguntas:

1. ¿Te gusta ir a la escuela? ¿Por qué?
2. ¿Cuándo tienes buenas calificaciones tus padres te felicitan o te dan algún regalo?
3. ¿Cómo te sientes cuando obtienes bajas calificaciones?
4. ¿Recibes algún tipo de castigo cuando obtienes bajas calificaciones? ¿Qué tipo de castigo recibes?
5. ¿Tus padres dedican tiempo para hablar o jugar contigo? ¿Qué actividades realizan juntos?
6. ¿Cuándo te pasa algo desagradable en la escuela se lo puedes contar a tus padres?
7. ¿Cómo te sientes si no entiendes lo que explican en clases?

8. ¿Qué actividades realizas cuando sales de la escuela?
9. ¿Te gustan las actividades que realizas?
10. ¿Qué otras actividades te gustaría realizar?
11. ¿A qué horas haces tareas?
12. ¿Juegas cuando terminas de realizar tus tareas?
13. ¿A qué juegas?
14. ¿Te sientes cansado cuando termina el día? ¿Por qué?
15. ¿Te da sueño durante las clases?
16. ¿A qué horas te acuestas a dormir?
17. ¿Porque te acuestas a esa hora?

Anexo B: Entrevista para los padres

Esta entrevista tiene el propósito de ver las características de los niños de 5 a 7 años que se encuentran inscritos en alguna actividad extraescolar, con el fin de determinar si dichas actividades generan estrés en ello. Además de contribuir a la construcción de un manual de estrategias que permitan al padre y al maestro conocer las diferentes herramientas para el manejo adecuado del estrés infantil.

Fecha: _____	Hora: _____	Ciudad: _____	Lugar: _____
Entrevistador: _____		Entrevistado:_____	
Edad: _____	Género: _____	Profesión _____	

Preguntas:

1. ¿Cómo es el comportamiento de su hijo al momento de ir a realizar las actividades académicas?
2. ¿Ha notado si su hijo presenta dificultades de atención al momento de realizar sus tareas en casa? ¿Cómo es su comportamiento?
3. ¿Le dedica tiempo de calidad a su hijo?
4. ¿Cómo considera que es la comunicación con su hijo?
5. ¿Sabes usted cuando su hijo está estresado?
6. ¿Cree que en ocasiones su hijo se muestra apático frente a sus compañeros, profesores y a ustedes como padres?
7. ¿Ha inscrito a sus hijos en algunas actividades extraescolares? ¿Cuáles?
8. ¿Sabe usted si las actividades extraescolares a las que su hijo pertenece son pertinentes a su edad?

9. ¿Cuáles son sus expectativas al incluir a su hijo en dichas actividades extraescolares?

10. ¿El niño ha tenido actitudes negativas después de la participación de dichas actividades extraescolares?

11. ¿Considera que las actividades extraescolares en la que el niño está participando son de agrado para él?

12. ¿Qué actitudes positivas ha tenido el niño después de la participación de dichas actividades extraescolares?

13. ¿Cuál es el horario que tiene su hijo para realizar estas actividades?

14. ¿Considera que esas actividades aportan beneficios al desarrollo integral de sus hijos? ¿Cuáles beneficios?

15. ¿Cómo es el comportamiento de su hijo al momento desarrollar: hábitos de estudios, hábitos alimenticios, al dormir?

16. ¿Considera que el rendimiento académico ha incrementado desde que está participando en las actividades extraescolares?

17. ¿Sabes que estrategias emplear ante el estrés de su hijo?

Anexo C: Entrevista para las profesoras

Esta entrevista tiene el propósito de ver las características de los niños de 5 a 7 años que se encuentran inscritos en alguna actividad extraescolar, con el fin de determinar si dichas actividades generan estrés en ello. Además de contribuir a la construcción de un manual de estrategias que permitan al padre y al maestro conocer las diferentes herramientas para el manejo adecuado del estrés infantil.

Fecha: _____	Hora: _____	Ciudad: _____	Lugar: _____
Entrevistador: _____		Entrevistado:_____	

Preguntas:

1. ¿En qué tipo de actividades participan los niños después de las clases?
2. ¿Qué cree usted que los padres de sus alumnos esperan en cuanto al progreso académico de sus hijos?
3. ¿El niño habla con frecuencia de las actividades extraescolares en las horas de clases?
4. ¿Cómo es el comportamiento del niño al momento de llegar a clases, durante las clases y en el recreo?
5. ¿Considera usted que las actividades extraescolares en las que está inscrito el niño beneficia el rendimiento académico del niño? Si/no ¿por qué?
6. ¿El niño espera con ansiedad la hora de salir de clase?
7. ¿El niño presenta dificultades de atención, somnolencias, agresividad?
8. ¿Qué estrategias empleas en el momento que su alumno no tiene un comportamiento adecuado en clase?
9. ¿Sabe usted cuando un niño tiene estrés?

10. ¿Ha notado alguna vez que el niño manifiesta indicios como morderse las uñas, torcer el cabello, mascar las camisetas, quejarse de dolores de la cabeza o del estómago?

11. ¿Considera usted que tiene las herramientas para ayudar a un niño con estrés?

Anexo D: Formato para transcribir la entrevista

Participante Edad Grado/profesión: Género:
Método de recolección de datos: Entrevista semiestructurada (para la entrevista de los maestros son 11 preguntas y para los niños y padres son 17).
P.1 (La letra P significa pregunta y el número que corresponde a la pregunta de la entrevista). P2 P3 P4 P5 P6 P7 P8 P9 P10 P11

Anexo E: Transcripción de la entrevista

Participante: Niño uno Edad: 6 años Grado: 1° Género: M
Método de recolección de datos: Entrevista semiestructurada (para la entrevista de los maestros son 11 preguntas y para los niños y padres son 17).
P1. Sí, porque ahí juego con mis amigos, me gusta aprender. P2. Me felicitan y me llevan a comer pizza en pizotas. P3. No, no me castigan porque nunca pierdo exámenes, pero si me dicen que no me preocupe, porque lo puedo hacer mejor. P4. No, no me castigan porque nunca pierdo exámenes, pero si me dicen que no me preocupe, porque lo puedo hacer mejor. P5. Si, jugamos juntos, los sábados en la noche, los domingos, vamos a comer pizza y vamos con el grupo promesa a comer helado. P6. Si les cuento todo a mis papás porque ellos son mis mejores amigos. P7. Siempre entiendo, si no entiendo le pregunto a la profe porque no me da pena alzar la mano. P8. Si es lunes voy a clase de natación, los martes voy a la escuela de futbol, y los jueves voy al coro. P9. La que más me gusta es futbol y natación, porque pasa el tiempo muy rápido, corremos, jugamos y hacemos cosas divertidas, pero no me gusta coro, porque mi mamá dirige el coro y estamos quietos y no es divertido.

P10. Me gustaría más futbol y más natación, pero coro no. P11. Cuando llego de clases, hago rápido las tareas para ir a las otras clases, y si no alcanzo, las hago cuando regrese. P12. A veces, porque cuando tengo clases de futbol o de natación o cuando voy al coro, si me queda tiempo juego con mis amigos P13.: A futbol, me gusta porque corro y pasa el tiempo muy rápido. P14. Sí, porque tengo que hacer muchas tareas, y me canso en las clases de tarde y me canso. P15. No. P16. A las 8 de la noche y me levanto a las 5 P17. Porque mi mamá dice

Participante: Niño dos Edad: 6 años. Grado: 1° Género: M
Método de recolección de datos: Entrevista semiestructurada (para la entrevista de los maestros son 11 preguntas y para los niños y padres son 17).
P.1 Si, me gusta jugar con mis amigos hacer educación física e informática P2. Si, me compran un juguete. P3. Mal, porque siento que decepciono a mis padres. P4. A veces me regañan, la mayoría de veces. Me dicen que trate de ser mejor, me pegan; pero no todas las veces (me pegaron por hablar en clases, me dijeron

que tenía que estar juicioso para poder ganar el año.

P5. Si, mis papas hablan conmigo. Cuando se tienen que ir al trabajo me dicen que tengo que adelantar las tareas y que las que no entienda las deje y en la noche me ayudan. Cuando llegan almorzar me preguntan cómo me fue en la escuela y que haga la tarea. Además me dan consejos y salimos a pasear.

P6. Si, ellos me dan consejos.

P7. Normal, le pregunto a la profesora y ella me explica.

P8. Almuerzo, tareas, practico piano. Lunes clase de futbol, martes violín, miércoles futbol, jueves piano, domingo tenis.

Me gusta más jugar tenis porque en esta actividad puedo correr

P9. Si, futbol muy poco

P10. Quiero salirme de futbol porque quisiera que me quedara más tiempo

P11. Después de almuerzo

P12. Juego cuando salgo de la clase de violín, porque es el tiempo que me queda. A veces invito a un amiguito a la casa.

P13. Juego con mis amiguitos a futbol y a otras cosas después de salir de clases de música.

P14. Si, porque tengo muchas actividades.

P15. No, me aburro cuando la clase esta aburrida.

P16. A las 7:00 pm, por muy tarde a las 9:00 pm cuando tengo tareas.

P17. Cuando me acuesto a las 9:00 es cuando no termino la tarea después de almuerzo porque tengo más clases.

Participante: Niño tres Edad: 7 años Grado: 1° Género: F
Método de recolección de datos: Entrevista semiestructurada (para la entrevista de los maestros son 11 preguntas y para los niños y padres son 17).
P.1. Si, porque hay parques y me gusta aprender muchas cosas. P2. Mis calificaciones son buenas, y me compran una muñeca, cuando pasa un año y otro año, y me la dan, y ellos me la felicitan y se ponen felices y me recuerdan que a fin de año me compran la muñeca si sigo así. P3. Más o menos, bueno me pongo muy triste porque no pude sacar 5, y para mi 4,9 para bajo es mala calificación. P4. Mis papi me dice, que eso está bien, pero que a la próxima vez no puedo cometer el mismo error, que tenga más cuidado. No me castigan, pero no me compran el regalo. P5. Si, los domingos jugamos a la soga, a los bebecitos con mi mami. P6. Si, por que ellos me defienden, hablan con la profesora y ellos son mis mejores amigos. P7. Más o menos; porque a veces cuando no sé cómo es yo le pregunto a la profesora y ella me dice que debo leer otra vez y otra vez hasta que yo entienda, hasta que por fin yo entiendo, pero me demoro un poquito. P8. Veo mi canal, canal 12 el programa bayardigas, y hago una plana de letras. Solo veo eso porque no me gusta ver más canales, no me parecen interesantes.

Veo clases de inglés por las tardes casi todos los días y mi papi también me enseña, coros los sábados y aventureros los domingos. P9. Sí, porque aprendo a mucho, por ejemplo coro, me enseñan a cantar y tener una bonita voz. P10. Ninguna, me gusta las que veo. P11. Cuando termino ver mi canal12 que me fascina. P12. Sí, salgo a ver a mis amiguitas para jugar. P13. Juego con algunas amiguitas a la mamá, me gusta mucho ser mamá P14. No, porque no me canso. P15. No, porque no me da sueño. P16. 6:30 me acuesto y a las 7: 00 p.m. Me quedo dormida. P17. Porque mami me manda a dormir.

Participante: Niño cuatro Edad: 6 años Grado: 1° Género: M
Método de recolección de datos: Entrevista semiestructurada (para la entrevista de los maestros son 11 preguntas y para los niños y padres son 17).
P.1. Si, porque aprendo, solo por eso. P2. Si me felicitan, pero ellos no me dicen nada, solo me dan un helado. P3. Mal, porque quiero tener buenas calificaciones. P4. No, ellos no me dicen nada.

P5. Si, las noches y los domingos, y jugamos futbol. P6. Si, ellos me escuchan. P7. La profe me explica de nuevo, y no me da pena preguntarle. P8. Clases de piano los lunes y tengo que practicar todos los días, los martes veo futbol y los domingos aventureros. P9. Si, porque aprendo. P10. Me gustaría jugar todos los días futbol y bastante. P11. Después del almuerzo. P12. Si, juego con mis amigos futbol. P13. Juego futbol, me gusta mucho. P14. Si porque juego demasiado. P15. A veces, y no sé porque me da sueño. P16. A las 8:00 p.m. P17. Porque mami me dice.

Participante: Niño cinco Edad: 6 años Grado: 1° Género: M
Método de recolección de datos: Entrevista semiestructurada (para la entrevista de los maestros son 11 preguntas y para los niños y padres son 17).
P.1. Sí, porque aprendo. P2. Sí, me dan regalos.

P3. Sí, me siento triste.

P4. No me pegan para nada.

P5. Si hablan conmigo cuando llego de la escuela y otras veces también, si vamos a una plazoleta que queda cerca a la casa, vamos a piscinas a parques.

P6. Si, les cuento que un compañero me pego o me molesto.

P7. Espero que la profe termine y le pregunto lo que no entendí.

P8. Saludo a mis padres cuando llego, almuerzo y a veces veo televisión. Los lunes tengo clase de coro a las 5:30 pm; Martes natación 2:00 pm; Miércoles música – piano 3:00 pm; Jueves 4:00 pm inglés; Domingo tenis 10:00 pm.

P9. Sí, me gustan porque ejercito mi cuerpo y aprendo y en coro aprendo a entonar la voz y a cantar.

P10. Jugar más con mis amigos.

P11. Llego de la escuela almuerzo y hago tareas cuando no tengo a esta hora a las 3:00 – 4:00 pm, y el único día que tengo libre el viernes adelanto tareas que tenga.

P12. Si

P13. Juego con mi hermanito, y con mis amigos del barrio futbol o monto bicicleta.

P14. Sí, porque hago mucho ejercicio y tareas.

P15. No me da sueño.

P16. 7:00 – 8:00

P17. Cuando me tengo que poner hacer tareas me acuesto por muy tarde a las 8:00 – 9:00

Participante: Niño 6 Edad: 7 años Grado: 1° Género: F
Método de recolección de datos: Entrevista semiestructurada (para la entrevista de los maestros son 11 preguntas y para los niños y padres son 17).
P.1. Porque es divertido, por los columpios, el recreo y porque me toca escribir. P2. Si, me sacan a pasear y me dan regalos. P3. Me siento mal y a veces triste, porque cuando los pierdo es porque no alcanzo a estudiar, y hay días en que dejan muchos trabajos. P4. No, no me dicen nada. P5. Si, mis padres son mis mejores amigos, y mi mamá está todo el día en la casa. P6. Si, porque ellos me dan consejos. P7. Siempre entiendo todo lo que dice. Y si algo es difícil, le pregunto a la profe. P8. Los lunes tengo clases de música, los viernes natación, y otro día patinaje P9. Todas menos música, porque nos tienen sentados y voy porque mi mamá me dice que valla. P10. Pintura, quisiera pintar más. P11. Antes de las clases de la tarde, y si no alcanzo en las noches, porque me dejan muchas tareas o mi mamá me las hace. P12. Si juego, pero no me queda mucho tiempo para hacer tareas y no las alcanzo a hacer, o me acuesto tarde haciendo las tareas o mi mamá me las

hace.

P13. Pinto o juego con mis amigos.

P14. Si, me acuesto muy cansada porque tengo muchas actividades.

P15. Si, porque me acuesto muy tarde.

P16. Me acuesto a las nueve (9) o diez (10), un día me acosté a las once (11), porque fue a clases de música y no me dio tiempo de hacer las tarea y me acosté tarde haciéndolas.

P17. Porque no tengo mucho tiempo y no me rinde hacer las tareas.

Participante: Niño siete

Edad: 7 años

Grado: 1°

Género: F

Método de recolección de datos: Entrevista semiestructurada (para la entrevista de los maestros son 11 preguntas y para los niños y padres son 17).

P.1. No, porque nos levantamos muy temprano y me da mucho sueño, quiero dormir más. Me levantan a las 5 de la mañana.

P2. Mis calificaciones son buenas, y me dan regalos. Yo casi nunca saco malas calificaciones.

P3. No me siento mal, no siento nada.

P4. Ellos no me dicen nada, ni me castigan.

P5. No, mis papis nunca tienen tiempo para hablar conmigo, ellos llegan muy tarde, y llegan muy cansados, y no quieren hablar conmigo. Ellos se la pasan

muy ocupados.

P6. No les cuento. Bueno si, si yo les cuento todo. (La niña no quiso hablar más de este punto)

P7. Yo siempre entiendo, yo soy muy inteligente.

P8. Juego cuando salgo de la escuela. Veo clase de plastilinas, coro y aventureros. Los martes, los miércoles y viernes plastilina. Los sábados coro y los domingos aventureros.

P9. No me gusta la clase de música porque me da mucho sueño, la profe nos tiene quietos. Y yo no le digo nada a mi mami porque ella dice que yo debo estar allí porque ella toca el piano. Y yo me aburro y me canso. Tampoco me gusta "aventureros", porque quiero dormir muchísimo, además nos hace formación y duramos mucho en eso y hacemos muchos dibujos y yo me canso mucho. No me gusta ir.

P10. Pues me gustaría todo el tiempo ver clase de plastilinas

P11. Yo hago las tareas a las 9 de la noche. Porque a esa hora llego a la casa con mi mami, y juego un ratico y después hago las tareas.

P12. Yo juego un poquito antes, hago tareas y después juego.

P13. Yo juego a las plastilinas porque me gusta mucho, yo solo juego con mis amiguitos cuando estoy en la UNAC y mi mami está dando clases de coro a otras personas, y yo me la paso sola con mis amiguitos.

P14. Sí, porque juego mucho, y cuando llego a la casa y hacer tarea y me da sueño, y por eso me siento cansada, y yo no quiero hacer tarea tan tarde.

P15. Si, me da mucho sueñito, porque me tengo que levantarme muy temprano,

y yo a veces me quedo dormidita en clases. P16. Yo casi siempre me acuesto a las 10 de la noche o las 12 P17. Porque tengo que hacer las tareas y juego un poquito.

Participante: Niño ocho Edad: 7 años Grado: 1° Género: M
Método de recolección de datos: Entrevista semiestructurada (para la entrevista de los maestros son 11 preguntas y para los niños y padres son 17).
P.1. Si, porque juego, aprendo y disfruto mucho con mis compañeros. P2. Me felicitan, me llevan almorzar. P3. : Mal, porque hice las cosas mal y se nota que no practique lo que la profe me dijo. P4. Si me pegan, o me regañan cuando pierdo alguna evaluación. Y me dicen que practique más. P5. Si, mis papás hablan conmigo. Cuando llega almorzar me preguntan cómo me fue en la escuela. Y después salgo a jugar con mi papá en el parque. P6. Pues cuando me pasa algo así me monto en un árbol porque allí me gusta y disfrutar de la naturaleza y eso me tranquiliza. No me gusta contarles a mis padres cuando estoy triste y me siento allí en el árbol. P7. Espero que la profesora termine y le pregunto. P8. Los lunes practico piano en la casa y el viernes tengo la clase de piano a las

2:00 pm; el domingo natación 2:00 pm, Y juego fútbol con mis amigos del barrio P9. Si, me gustan y me emocionan. P10. Clase de batería, porque me llama la atención P11. A cualquier hora. P12. Si, juego con mis amigos P13. Futbol y monto bicicleta y con mi papá play. P14. Si, Por el día tan largo que paso y por todo lo que hice. P15. A veces casi todas las veces porque no me dormí a la hora que era P16. 7:00 – 8:00 pero no todas las veces. P17. Cuando no hago la tarea temprano me acuesto a las 11:00 o porque me pongo a jugar con mi papa play y me coge la noche.

Participante: niño nueve. Edad: 6 años Grado: 1° Género: F
Método de recolección de datos: Entrevista semiestructurada (para la entrevista de los maestros son 11 preguntas y para los niños y padres son 17).
P.1. Claro, porque me gusta estudiar, además es muy divertido estar con mis compañeros y disfrutar la compañía de mis profesores. P2. Bueno, las dos cosas, ellos me felicitan, y me dan muchos regalos, como un dulce, un juguetico, un brazo, un beso, me tocan la cabeza y se expresan como: ¡wwaoo!, obtuviste una calificación muy alta, excelente.

P3. Bueno, me siento muy bien cuando saco muy buenas notas, y cuando saco la nota baja, pienso que no fue lo peor y puedo mejorar más.

P4. No. Nunca.

P5. Si…, trato de hablar con ellos, aunque no me escuchen, pero entiendo que cuando alguien está ocupado, no debo interrumpir. Y si juego con una actividad que hay en casa y se llaman los genios y juego con mis padres cada dos semana, solo juego con mis padres cuando algo extraordinario pasa.

P6. Si, yo a ellos le cuento todo, y ellos me dicen que no me preocupe, que nada pasa, entonces a mí ya no me duele lo que me hicieron.

P7. Siempre entiendo, y me hacen refuerzo en la casa para sacer altas notas, cuando no entiendo la profe nuevamente me explica.

P8. Veo a veces educación física, clase de informática, inglés, veo la clase de la naturaleza con un profesor, veo violín y coro. Los jueves realizo inglés, los viernes violín y los sábados coro. Y los otros no sé cómo se llaman los días.

P9. Si, Me gustan todas las clases porque aprendo mucho y además debo aprovechar todos los dones que Dios me dio.

P10. Me gustaría jugar juegos que nunca he jugado con mis amigos.

P11. Hago tareas a las dos de la tarde, repaso y luego voy a las otras clases. A veces me estreso tener tantas actividades y mi mami me regaña mucho, pero luego comprendo que todo estas actividades son importante para mi vida y las realizo con agrado.

P12. No, porque tengo que repasar, porque quiero portarme bien, quiero hacer lo que mi mami me dicen, quiero que mis padres se sienten orgullosos de mí,

P13. Tengo tantos juegos que a veces no se a que jugar y solo juego cuando mi mami me dice.

P14. Si, pero solo voy a dormir cuando mi mami me dice, aunque me da miedo dormir sola, pero me recuerdo que Diosito me cuida y me quedo dormida.

P15. No, porque me da miedo dormir en clase ya que la profe J, me regaña, ella regaña feo a los niños, entonces trato de pensar en las cosas que me gustan para no dormirme.

P16. A los 8 de la noche, aunque a veces me duermo a las 9 o 10.

P17. Porque mami me manda a dormir, pero a veces me divierto tanto en jugar con mis muñequitos que se me pasa el tiempo y no me doy cuenta la hora que es y me acuesto tarde.

Participante: Padre uno

Edad:_

Grado/Profesión: Docente universitaria

Género: F

Método de recolección de datos: Entrevista semiestructurada (para la entrevista de los maestros son 11 preguntas y para los niños y padres son 17).

P.1. Generalmente prefiere hacer todo muy rápido, recuerda lo que tiene que hacer.

P2. No, entiende lo que debe hacer si algo le resulta difícil pregunta.

P3. Si.

P4. Buena me cuenta lo que le pasa en la escuela, iglesia, aventureros etc.

P5. Se vuelve muy reservado. Prefiere no hablar del tema ejemplo: cuando se enfermó el papá

P6. No.

P7. Violín, futbol, natación y coro.

P8. Si.

P9. Que pueda aprovechar el tiempo libre. La música les ayuda a hacer mejores estudiantes.

P10. No únicamente si está muy cansado o no se siente bien físicamente.

P11. Si.

P12. se siente contento de poder nadar. Se sintió contento al cantar con los grandes

P13. Lunes 3:30- 5:30: futbol; martes 2: 30 pm: natación: Violín 4:00 a 5:00 pm; miércoles 3:30 a 5: 30 pm; lunes coro 5.45 a 6:20 pm.

P14. Si le ayuda en su disciplina. Trabajo en grupo, responsabilidad los deportes: desarrollo motor

P15. Se deja guiar, a veces se opone pero no es rebelde.

P16. Si.

P17. No sé mucho de estrategias pero me doy cuenta de cómo se siente, lo escucho y trato de que pueda llevar una vida que sea feliz.

Participante: Padre dos Edad: _ Grado/profesión: Docente universitaria. Género: F
Método de recolección de datos: Entrevista semiestructurada (para la entrevista de los maestros son 11 preguntas y para los niños y padres son 17).
P.1. Le gusta hacerlas. P2. Es juicioso P3. Muy buena, transparente y clara. P4. Muy buena, transparente y clara. P5. Si P6. En algunos momentos cuando siente que lo se le pide no armonizo con su convicción, pero no es algo común P7. Si clases de futbol clases de tenis de campo, clases de violín, clases de piano. P8. Si P9. Desarrolla y potencializa sus capacidades. P10. No. P11. Si. P12. Motivación por aprender, por su mejor cada día. P13. Tardes entre semana y domingo. P14. Por supuesto obtener una formación integral. P15. Cuando se convence de su importancia los adopta cabalmente.

P16. Si. P17. Si.

Participante: Padre tres Edad: Grado/profesión: Docente universitario Género: F
Método de recolección de datos: Entrevista semiestructurada (para la entrevista de los maestros son 11 preguntas y para los niños y padres son 17).
P.1. La actitud de mi hija siempre es positiva hacia cualquier asignación académica. P2. Generalmente ella recibe una instrucción inicial y realiza sus tareas su rendimiento académico es excelente. P3. Dentro de lo que se puede. Trabajo todo el día, le dedico tiempo en las mañanas antes de ir al colegio y en las noches y fines de semana P4. Excelente, hablamos mucho con ella y compartimos las alegrías y tristezas P5. Si, como madre puedo identificar algunos gestos y actitudes aunque ella no lo expresa verbalmente. P6. Si. P7. Dentro de hogar manejamos actividades extraescolares que incluyen idiomas, predicación, entre otros y está inscrita en clases de música P8. Si es pertinente a su edad y más sabiendo que entre más pequeños son más rápido aprenden.

P9. Que desarrolle habilidades y destrezas que le ayuden a ser una persona más segura y capaz.

P10. No.

P11. Totalmente.

P12. Ha aprendido a ser contante y perseverante para lograr un propósito. Ha aprendido a fijarse meta y esforzarse por alcanzarlas.

P13. En las tardes al salir del colegio.

P14. Si actitud positiva, mejor relación con las demás personas mejora la autoestima a saberse capaz y ha aprendido a ser agradecida con Dios por todo lo que he dado.

P15. Juiciosa como bien contenta. Realiza sus tareas correctamente y sin ayuda permanente y duerme de 10 a 11 horas diarias.

P16. Si.

P17. Hablándole siempre positivamente, compartiendo experiencias personales de momentos en los que yo me he sentido i igual. Animándola y facilitando un ambiente agradable siempre en el hogar de comunicación y confianza.

Participante: Padre cuatro Edad:_ Grado/profesión: Ingeniero de sistemas. Género: M
Método de recolección de datos: Entrevista semiestructurada (para la entrevista de los maestros son 11 preguntas y para los niños y padres son 17).
P.1. Necesita que los padres le recuerden las tareas. P2. Si se distrae a veces. P3. Si. P4. Buena. P5. Si, el expresa su estrés. P6. Si. Algunas veces. P7. Si, clases de música y escuela de futbol P8. Si, actividades musicales y físicas. P9. Desarrollo físico e intelectual a través de la música, trabajo en equipo y compañerismo P10. No. P11. Si van felices a las escuelas. P12. Mejor organización y manejo de grupo P13. Lunes y miércoles de 3: 30- 5: 30 pm escuela de futbol martes 4- 5 pm escuela de música. P14. Si, desarrollo físico, desarrollo mental y por ser una escuela de música cristiana en enfoque hacia alabar a Dios permite el desarrollo espiritual

P15. Estudios; debemos apoyarlos como padres son buenos pero pueden mejorar, alimenticios: dos de ellos (son 3) no les gusta la carne, al dormir: generalmente van a la cama a las 8: pm.

P16. Si.

P17. Cambio de actitud de actividades, permitirle jugar cuando a estado estudiando mucho.

Participante: Padre cinco

Edad:_

Grado/profesión: _

Género: M

Método de recolección de datos: Entrevista semiestructurada (para la entrevista de los maestros son 11 preguntas y para los niños y padres son 17).

P.1. Bueno

P2. Es dispuesto

P3. Si.

P4. Buena.

P5. no (a veces).

P6. No.

P7. coro, natación, piano, inglés, aventureros

P8. Si.

P9. Aprender otros casos y divertirse con las dos partes.

P10. No.

P11. Si.

P12. Come mejor, duerme mejor, es más dispuesto hacer tareas.

P13. En las tardes.

P14. tiene mejor receptividad, mejor nivel académico mayor disciplina, aprovechamiento del tiempo.

P15. Excelente.

P16. Si.

P17. Estimularlo a practicar deportes controlar el tiempo en TV y computador.

Participante: Maestra uno

Edad: _

Grado/profesión: Docente

Género: F

Método de recolección de datos: Entrevista semiestructurada (para la entrevista de los maestros son 11 preguntas y para los niños y padres son 17).

P.1. 6 niños tienen clases extra clases. Coro, instrumento, bicicrós, fútbol, patinaje.

P2. Pues, que sea bueno, pero no lo hacen por el rendimiento académico. Es para que ellos utilicen ese tiempo libre o porque le ven una habilidad en diferente área.

P3. Si, “hoy tenemos ensayo “dicen, o “gane una medalla”.

Ellos no interrumpen la clase, hablan de eso solo cuando en clase se dice algo de un tema y ellos lo recuerdan y lo mencionan.

P4. Normal, no llegan ni fatigados, no se duermen en la clase. En recreo, les gusta estar en los árboles, están bien en su desarrollo.

P5. Pues, la música les ayuda en la concentración, lo deportivo les ayuda en la motricidad y desarrollar destrezas. Ha servido mucho pues, en los campeonatos participan y los ayuda. Se favorecen de las actividades y tienen buen rendimiento académico.

P6. Ahh si, todos

P7. No, en este salón no se ve agresividad

P8. Pues en este salón no, pues se ven falencias: que me saco la lengua, no tengo amigos; pero agresión muy poquito: “me pego”, trato de que ellos socialicen. Cuando es grave anotación y se habla con los papas.

P9. Cuando se manifiesta situaciones de ansiedad, se frustra, llora, es tímido o manifiesta lo contrario.

P10. No, ansiedad, porque tienen problemas en el hogar, pero no por actividades extra clases.

P11. Pues lo que generalmente se hace es tener paciencia. Ser un apoyo para el y trabajar herramientas didácticas.

Participante: Maestra dos

Edad: _

Grado/profesión: Docente.

Género: F

Método de recolección de datos: Entrevista semiestructurada (para la entrevista

de los maestros son 11 preguntas y para los niños y padres son 17).
P.1. Clases de futbol, inglés, plastilina, ballet, música, violín, coro, natación. Algunos tienen maestras de refuerzos para abarcar los temas vistos en clase. P2. A que le vaya muy bien en las actividades académicas y por otra parte los padres se dan cuenta de las capacidades y las habilidades de sus hijos y lo hacen con el fin que ellos desarrollen todo ese potencial. O si tienen alguna torpeza motriz ya sea fina, gruesa hacen con el fin a que ellos mejoren sus dificultades. P3. Llegan contando muy emocionado de sus actividades extraescolares, que nade muy bien, que metí un gol, etc. y cuentan todo lo que hicieron, en el momento de salir del salón, cuando se acerca la hora de a las actividades ellos expresan lo que va hacer en el día muy feliz. P4. Los niños mediante su rendimiento es muy bueno, les va bien, pero son más habilidosos en su área es decir, según lo que ellos están viendo en la clase extraescolares, es decir si se está viendo clase de inglés, el niño que está reforzando esta área es obvio que es más ágil, o por ejemplo en el momento de recreo los niños que están en el futbol, gimnasia rítmica, ellos demuestran sus habilidades son: muy activos. No quiero decir que los niños que no tienen actividades extraescolares no lo sean, ellos también son muy buenos, simplemente que a estos niños con las actividades extraescolares se le ve un poquito más la diferencia en cuanto su comportamiento en clase pero respectivamente en su área, son muy activos, quieren participar más, porque en ese momento es su fuerte.

Y respecto a su comportamiento en general en clase es muy normal, eso más que todo va en su personalidad. Tengo niños que están en actividades. Extraescolares. Y son muy juiciosos como otros no, y porque simplemente su forma, su personalidad es eso. Entonces lo que yo puedo concluir, es que si su comportamiento es ser muy activo o muy quieto no depende de las actividades extraescolares sino de su esencia, su ser, su personalidad.

Algunos padres incluyen algunas actividades a los niños con el fin de que ellos quemen energía y no molesten en su casa sino que ellos lleguen quietecitos.

El primer pensamiento de la mayoría de los padres es este: que quemen energías.

P5. Las actividades extraescolares como venía diciendo antes, los beneficia en un área específica más que en la otra, es decir el niño en su área es más fuerte, pero en términos general las actividades extraescolares. Si beneficia al niño en el rendimiento académico, porque ellos están más atento, entretenidos, toman la iniciativa, (es una motivación muy grande) etc. Pero sin embargo he tenido problemitas con algunos niños, porque las actividades extraescolares escolares se vuelve una carga pesada para ellos es decir, que hay padres que incluyen a sus hijos en algunas actividades que a sus hijos no les gusta, pero a los padres sí. Entonces los niños son muy felices en mi clases, por que experimentamos, hacemos cosas que tal vez es de intereses para ellos, y en momento de salir a casa ellos no quieren ir porque simplemente no quieren ir a esas actividades, ellos se sienten estresados cuando se acerca la hora de ir a estas actividades.

En conclusión estas actividades, en la que el niño está incluido y que no es de

su gusto es una castigo. Ellos lo expresan acá en aula de clase cuando llegan. Pero a pesar de todo ellos tanto como el que le gusta y el que no sus rendimiento académico son muy buenos.

Una de las clases extraescolares que a ellos no les gusta es la de música.

P6. Si, la mayoría esperan con mucha ganas, antes me dicen profe, apúrese que me tengo que ir, no quiero llegar tarde a la clase. Son muy felices, ellos están motivados. Por otro lado

Otros no desea que llegue la hora de marcharse ellos se expresan “ay no que pereza, no quiero ir, que aburrimiento, no me gusta la actividades, en que estoy”, etc. Pero ellos son muy poquitos.

P7. Solo en los en los niños que están en carate, se ven ansiosos, son muy agresivos, ellos evidencia en todo momento esto comportamiento; Porque quieren mostrar lo que aprendieron.

P8. Persuasión, persuadir al niño para que esté atento, cantar una canción o hacer un juego para llamar o captar la atención del niño, o subirle un poco el tono de voz, me agacho frente a él mirándolo a los ojos, le toco el hombro para que vea que es con él la situación y si todo esto no funciona ya me toca tomar unas medidas un poquito más fuerte, como sacarlos del salón, dejarlo u tiempecito afuera para que el reflexione y comprenda que a la profe se le respeta y en la clase debe estar muy atento.

P9. A ellos se les nota. El estrés no se refleja siempre de la de la misma manera dependiendo de la personalidad del niño como: el llanto o movimiento, uno debe estar pilas, porque hay niños que son muy activos y cuando están estresado son

aún más, porque si no se tiene en cuenta todo esto lo podemos confundir con hiperactividad. Otros se comportan muy apáticos. Yo porque sé todo esto, porque constantemente me estoy informando, tengo buen conocimiento acerca de ello.

P10. Si, pero no con todas ellas, sino con otras, como le misionaba antes y sobre todo es cuando el niño se levanta y los padres lo regañan, o cuando llegan a clase se le pregunta algo o si no contesta bien, ellos se sienten estresado porque no quieren que le que lo castiguen quitándoles las actividades extraescolares. Pero más se nota en niños que no quieren estar allí en esas actividades.

P11. A la mano no tengo, pero si yo investigo por internet, pero si nos gustaría tener como algo a la mano como un manual, aquí en la universidad no hay. Y me interesaría sobre todo para los padres porque la mayoría no estoy segura pero creo que no distingue o no conoce cuando el niño esta estresado. Por mi parte la experiencia de estar con ellos me hace tener conocimiento, y también por charla que yo constantemente estoy asistiendo.

Participante: Maestra tres

Edad: _

Grado/profesión: Docente

Género: F

Método de recolección de datos: Entrevista semiestructurada (para la entrevista de los maestros son 11 preguntas y para los niños y padres son 17).

P.1. generalmente en actividades recreativas, recreativas y lúdicas. Buscando un desfogue de energías acumuladas durante la presión que genera la actividad docente.

P2. Un progreso constante y evidente en la aprehensión de conocimientos académicos y de formación de la personalidad.

P3. Si, es normal que el estudiante comparta con sus compañeros su cotidianidad, sus experiencias, eso alimenta su personalidad. El niño no puede callar sus alegrías y fracasos.

P4. Es alegre cuando se encuentra con sus compañeros y profesora. Durante las clases es atento a la enseñanza, interviene con preguntas y expresa sus dudas. Es expresivo ansioso por aprender. En el recreo, es muy dinámico, alegre y muy amigable, creando diferentes tipos de juegos y actividades de grupo.

P5. En algunos casos las actividades en las que el niño participa son estimulantes para que el valore su tiempo. Le proporciona un mejor desenvolvimiento grupal.

P6. si, cuando la actividad que sigue es el descanso a la lonchera, porque la interacción con sus compañeros le permite expresarse en actividades de su gusto, juegos, competencias y disfrute en el parque.

P7. en algunos casos los niños muestran estos fenómenos cuando las condiciones del hogar no garantizan estabilidad emocional y afectiva

P8. Inicialmente se le invita a ubicarse en el aula y retomar la dirección de la clase. Si insiste, se incrustan nuevos métodos de motivación, generalmente el

niño responde favorablemente.

P9. Obviamente, el educando tiene muestras de este síntoma cuando su comportamiento no es normal al que normalmente evidencia. El dialogo franco y oportuno le permite al niño descargar este malestar y se ubique nuevamente en la actividad docente.

P10. Muy ocasionalmente

P11. Por mi experiencia como docente y sobre todo madre. Dios es mi mejor apoyo en la tierra.

Anexo F: Instrumento de observación

Fecha: _____	Hora: _____	Ciudad: _____	Lugar: _____
Observador:_____		Persona sujeta al análisis:_____	
Edad: _____	Género:	Nivel: _____	

ITEMS	ESCALA					OBSERVACIONES
	1	2	3	4	5	
1) Reacciones del niño durante su desempeño escolar:						
1.1. Agotado: (Se sienta, se distrae, se duerme, bosteza, sueño)						
1.2. Irritable: (Es grosero, gruñones, susceptible, rebeldes, ofensivos)						
1.3. Agresivo: (Hace daño a cosas materiales, gritos, amenazas, actos de desobediencia a la autoridad, pleitos, resentimiento)						
1.4) Distraído: (Es Inquieto, poca atención e						

interés)						
1.5) Apatía: (muestra rechazo, descuido en el estudio, poco interés)						
1.6. Ansiedad: (Se muerde las uñas, pensamientos y acciones repetitivas)						
1.7. Pereza para hacer actividades en clases: (Muestra falta de interés, poca atención, rechazo al realizar actividades, interrumpe la clase)						
2) Cuando la maestra le habla con firmeza al niño, él reacciona:						
2.1. Grosero: (alza la voz, contesta entono inadecuado , hace malos gestos, alza el hombro, tuerce los ojos o la boca)						

Anexo G: Sistematización de la observación

Fecha: 18/08/12	Hora: 7: 30	Ciudad: Medellín	Lugar: Escuela el Noral
Observador: Diana Álvarez		Persona sujeta al análisis: Niño uno	
Edad: 6 años	Género: M	Nivel: 1°	

ITEMS	ESCALA					OBSERVACIONES
	1	2	3	4	5	
1) Reacciones del niño durante su desempeño escolar:						
1.2. Agotado: (Se sienta, se distrae, se duerme, bosteza, sueño)						no se duerme con facilidad en el aula de clases
1.2. Irritable: (Es grosero, gruñones, susceptible, rebeldes, ofensivos)						
1.3. Agresivo: (Hace daño a cosas materiales, gritos, amenazas, actos de desobediencia a la autoridad, pleitos, resentimiento)						
1.4) Distraído: (Es Inquieto, poca atención e						

interés)						
1.5) Apatía: (muestra rechazo, descuido en el estudio, poco interés)						Se muestra rechazo frente a las actividades académicas
1.6. Ansiedad: (Se muerde las uñas, pensamientos y acciones repetitivas)						
1.7. Pereza para hacer actividades en clases: (Muestra falta de interés, poca atención, rechazo al realizar actividades, interrumpe la clase)						Le encanta realizar sus asignaciones académicas
2) Cuando la maestra le habla con firmeza al niño, él reacciona:						
2.1. Grosero: (alza la voz, contesta entono inadecuado , hace malos gestos, alza el hombro, tuerce los ojos o la boca).						

Fecha: 18/08/12	Hora: 7: 30	Ciudad: Medellín	Lugar: Escuela el Noral
Observador: Diana Álvarez		Persona sujeta al análisis: Niño dos	
Edad: 6 años	Género: M	Nivel: 1°	

ITEMS	ESCALA					OBSERVACIONES
	1	2	3	4	5	
1) Reacciones del niño durante su desempeño escolar:						
1.3. Agotado: (Se sienta, se distrae, se duerme, bosteza, sueño)						Se distrae con facilidad ya que a él le gusta hablar mucho, hacer chistes y que los compañeritos se rían
1.2. Irritable: (Es grosero, gruñones, susceptible, rebeldes, ofensivos)						
1.3. Agresivo: (Hace daño a cosas materiales, gritos, amenazas, actos de desobediencia a la autoridad, pleitos, resentimiento)						

1.4) Distraído: (Es Inquieto, poca atención e interés)						Presenta poca atención con facilidad al momento que la maestra está dictando la clase, debido a que lleva juguetes al aula de clases.
1.5) Apatía: (muestra rechazo, descuido en el estudio, poco interés)						
1.6. Ansiedad: (Se muerde las uñas, pensamientos y acciones repetitivas)						
1.7. Pereza para hacer actividades en clases: (Muestra falta de interés, poca atención, rechazo al realizar actividades, interrumpe la clase)						
2) Cuando la maestra le habla con firmeza al niño, él reacciona:						

2.1. Grosero: (alza la voz, contesta entono inadecuado , hace malos gestos, alza el hombro, tuerce los ojos o la boca)						

Fecha: 18/08/12	Hora: 7: 30	Ciudad: Medellín	Lugar: Escuela el Noral
Observador: Diana Álvarez		Persona sujeta al análisis: Niño tres	
Edad: 7 años	Género: M	Nivel: 1°	

ITEMS	ESCALA					OBSERVACIONES
	1	2	3	4	5	
1) Reacciones del niño durante su desempeño escolar:						
1.4. Agotado: (Se sienta, se distrae, se duerme, bosteza, sueño)						Se distrae con mucha facilidad, porque lleva juguetes al aula de clases y le gusta hable con sus amigos
1.2. Irritable: (Es grosero, gruñones, susceptible, rebeldes,						

ofensivos)						
1.3. Agresivo: (Hace daño a cosas materiales, gritos, amenazas, actos de desobediencia a la autoridad, pleitos, resentimiento)						
1.4) Distraído: (Es Inquieto, poca atención e interés)						Es un poco inquiero ya que le guasta pararse del puesto e ir a mostrar sus juguete a sus amigos.
1.5) Apatía: (muestra rechazo, descuido en el estudio, poco interés)						
1.6. Ansiedad: (Se muerde las uñas, pensamientos y acciones repetitivas)						
1.7. Pereza para hacer actividades en clases: (Muestra falta de interés, poca atención, rechazo al realizar actividades, interrumpe la						

clase)						
2) Cuando la maestra le habla con firmeza al niño, él reacciona:						
2.1. Grosero: (alza la voz, contesta entono inadecuado , hace malos gestos, alza el hombro, tuerce los ojos o la boca)						

Fecha: 18/08/12	Hora: 7: 30	Ciudad: Medellín	Lugar: Escuela el Noral
Observador: Diana Álvarez		Persona sujeta al análisis: Niño cuatro	
Edad: 6 años	Género: F	Nivel: 1°	

ITEMS	ESCALA					OBSERVACIONES
	1	2	3	4	5	
1) Reacciones del niño durante su desempeño escolar:						
1.5. Agotado: (Se sienta, se distrae, se duerme, bosteza, sueño)						

1.2. Irritable: (Es grosero, gruñones, susceptible, rebeldes, ofensivos)						
1.3. Agresivo: (Hace daño a cosas materiales, gritos, amenazas, actos de desobediencia a la autoridad, pleitos, resentimiento)						
1.4) Distraído: (Es Inquieto, poca atención e interés)						Se distrae con mucha facilidad porque le gusta estar en todos lodos al mismo tiempo
1.5) Apatía: (muestra rechazo, descuido en el estudio, poco interés)						
1.6. Ansiedad: (Se muerde las uñas, pensamientos y acciones repetitivas)						
1.7. Pereza para hacer actividades en clases: (Muestra falta de interés, poca						

atención, rechazo al realizar actividades, interrumpe la clase)						
2) Cuando la maestra le habla con firmeza al niño, él reacciona:						
2.1. Grosero: (alza la voz, contesta entono inadecuado , hace malos gestos, alza el hombro, tuerce los ojos o la boca)						

Fecha: 18/08/12	Hora: 7: 30	Ciudad: Medellín	Lugar: Escuela el Noral
Observador: Diana Álvarez		Persona sujeta al análisis: Niño cinco	
Edad: 6 años	Género: M	Nivel: 1°	

ITEMS	ESCALA					OBSERVACIONES
	1	2	3	4	5	
1) Reacciones del niño durante su desempeño escolar:						
1.6. Agotado: (Se sienta, se distrae, se duerme, bosteza, sueño)						

1.2. Irritable: (Es grosero, gruñones, susceptible, rebeldes, ofensivos)						Se diste pero en muy pocas ocasiones
1.3. Agresivo: (Hace daño a cosas materiales, gritos, amenazas, actos de desobediencia a la autoridad, pleitos, resentimiento)						
1.4) Distraído: (Es Inquieto, poca atención e interés)						
1.5) Apatía: (muestra rechazo, descuido en el estudio, poco interés)						
1.6. Ansiedad: (Se muerde las uñas, pensamientos y acciones repetitivas)						
1.7. Pereza para hacer actividades en clases: (Muestra falta de interés, poca atención, rechazo al realizar						

actividades, interrumpe la clase)		■				
2) Cuando la maestra le habla con firmeza al niño, él reacciona:						
2.1. Grosero: (alza la voz, contesta entono inadecuado , hace malos gestos, alza el hombro, tuerce los ojos o la boca)					■	En algunas ocasiones cuando la maestra le habla con firmeza, el hace muecas y gestos

Fecha: 18/08/12	Hora: 7: 30	Ciudad: Medellín	Lugar: Escuela el Noral
Observador: Diana Álvarez		Persona sujeta al análisis: Niño seis	
Edad: 6 años	Género: M	Nivel: 1°	

ITEMS	ESCALA					OBSERVACIONES
	1	2	3	4	5	
1) Reacciones del niño durante su desempeño escolar:						
1.7. Agotado: (Se sienta, se distrae, se duerme, bosteza, sueño)			■			

1.2. Irritable: (Es grosero, gruñones, susceptible, rebeldes, ofensivos)						
1.3. Agresivo: (Hace daño a cosas materiales, gritos, amenazas, actos de desobediencia a la autoridad, pleitos, resentimiento)						
1.4) Distraído: (Es Inquieto, poca atención e interés)						
1.5) Apatía: (muestra rechazo, descuido en el estudio, poco interés)						
1.6. Ansiedad: (Se muerde las uñas, pensamientos y acciones repetitivas)						
1.7. Pereza para hacer actividades en clases: (Muestra falta de interés, poca atención, rechazo al realizar						

actividades, interrumpe la clase)						
2) Cuando la maestra le habla con firmeza al niño, él reacciona:						
2.1. Grosero: (alza la voz, contesta entono inadecuado , hace malos gestos, alza el hombro, tuerce los ojos o la boca)						

Anexo H: Claridad y pertinencia del cuestionario evaluado por expertos

Medellín, 01 de agosto de 2012

Profesora:

Sharlot Xiomara Díaz

Docente UNAC

Por medio de la presente nos dirigimos a usted con el fin de solicitar su colaboración realizando un análisis de pertinencia y claridad a las preguntas de las encuestas que serán dirigidas a los padres, docentes y niños de pre-escolar que serán entrevistados en el proyecto de grado "El estrés generado por exceso de actividades extraescolares en los niños de 5 a 7 años de edad".

Le solicitamos calificar las preguntas de 1 a 5 teniendo en cuenta uno como el nivel más bajo y cinco como el nivel más alto de pertinencia y claridad. Si fuese necesario hacer alguna sugerencias, favor hacerlo en la parte de debajo de la hoja de preguntas.

Agradecemos de antemano, su colaboración

Entrevista para los niños

ITEMS	PERTINENCIA					CLARIDAD				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
¿Recibes algún tipo de castigo cuando obtienes bajas calificaciones? ¿Qué tipo de castigo recibes?					X					X
¿Cómo te sientes cuando obtienes bajas calificaciones?					X					X
¿Cuándo tienes buenas calificaciones tus padres te felicitan o te dan algún regalo?					X					X
¿Cómo te sientes si no entiendes lo que explican en clases?					X					X
¿Tus padres dedican tiempo para hablar o jugar contigo? ¿Qué actividades realizan juntos?					X					X
¿Cuándo te pasa algo desagradable en la escuela tus padres te escuchan?					X					X
¿Te gusta ir a la escuela? ¿Por qué?					X					X
¿Qué actividades realizas cuando sales de la escuela?					X					X
¿Te gustan las actividades que realizas?					X					X
¿Qué otras actividades te gustaría realizar?					X					X
¿A qué horas haces tareas?					X					X
¿Juegas cuando terminas de realizar tus trabajos?					X					X
¿A qué juegas?					X					X
¿Te sientes cansado cuando termina el día? ¿Por qué?					X					X
¿Te da sueño durante las clases?					X					X
¿A qué horas te acuestas a dormir?					X					X
¿Por qué te acuestas a esa hora?					X					X

Entrevista para los padres

ITEMS	PERTINENCIA					CLARIDAD				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
¿Ha notado si su hijo presenta dificultades de atención al momento de realizar sus tareas en casa? ¿Cómo es su comportamiento?					X					X
¿Cómo es el comportamiento de su hijo al momento de ir a realizar las actividades académicas?					X					X
¿Considera que su hijo ha tenido una relación muy dependiente hacia ti, desde el momento que comenzó las actividades. Extraescolares?		X							x	
Crees que el niño presenta rechazo frente a sus compañeros, profesores y a ustedes como padres?										
Sabes tú cuando su hijo esta estresado?										
Sabes tú como actuar como actuar y que estrategias emplear al momento presente esta situación (estrés)?					X					X
¿Qué actitudes negativas ha tenido el niño después de las actividades extraescolares?										
¿Qué actitudes positivas ha tenido el niño después de las actividades extraescolares?					x					x
¿Ha inscrito a sus hijos en algunas actividades extraescolares? ¿Cuáles?					X					X
¿Cuál es el horario que tiene su hijo para realizar esta actividades?					X					X
¿Con que finalidad a inscrito a su hijo en estas actividades?					X					X
¿Considera que esas actividades aportan beneficios al desarrollo integral de sus hijos? ¿Cuáles beneficios?					X					X
¿Considera que las actividades extraescolares en la que el niño está participando son de agrado para él?	REPETIDA									
¿Sabe usted si Las actividades extraescolares a las que su hijo					X					X

pertenece son pertinentes a su edad?										
¿Cuáles son sus expectativas al incluir a su hijo en dichas actividades extraescolares?	REPETIDA									
Cuál es el horario académico de su hijo?					X					X
¿Le dedica tiempo de calidad a su hijo?					X					X
¿Cómo considera que es la comunicación con su hijo?					X					X
¿Cómo es el comportamiento de su hijo al momento desarrollar: hábitos de estudios, hábitos alimenticios, hábitos de sueño?					X					X
Su hijo tiene espacio para desarrollar juego libre todos los días?					X					x
Considera que el rendimiento académico de su hijo se ha incrementado desde que está participando en las actividades extraescolares?					x					X

Entrevista para las maestras

ITEMS	PERTINENCIA					CLARIDAD				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
¿Cómo es el comportamiento del niño al momento de llegar a clases, durante las clases y en el recreo?					X					X
¿En qué tipo de actividades participan los niños después de las clases?					X					X
¿El niño habla con frecuencia de las actividades extraescolares en las horas de clases?					X					X
¿El niño espera con ansiedad la hora de salir de clase?					X					X
¿Considera usted que las actividades extraescolares en las que está inscrito el niño beneficia el rendimiento académico del niño? Si/no ¿por qué?					X					X
¿El niño presenta dificultades de atención, somnolencias, agresividad?					X					X
¿Qué estrategias empleas en el momento que su alumno no tiene un comportamiento adecuado en clase?					X					X
¿Qué cree usted que los padres de sus alumnos esperan en cuanto al progreso académico de sus hijos?					X					X
¿Sabe usted cuando un niño tiene estrés?					X					X
¿Considera usted que tiene las herramientas para ayudar a un niño con estrés?					X					X
¿Ha notado alguna vez que el niño manifiesta indicios como morderse las uñas, torcer el cabello, mascar las camisetas, quejarse de dolores de la cabeza o del estómago?					X					X
¿Consideras usted que el niño que el niño presenta un comportamiento inadecuado (rechazo), frente a sus compañeros, en el momento de llegar a clase, durante y después de clase? ¿Cómo es su comportamiento?	REPETIDO									
¿Cómo es el comportamiento del niño al momento de llegar a clases, durante las clases y en el recreo?					X					X
¿En qué tipo de actividades participan los niños después de las clases?	REPETIDO									

Análisis de la prueba de claridad y pertinencia (entrevista)

Para el mejor desarrollo de esta investigación y de acuerdo a la metodología para el manejo del instrumento de entrevista, se pidió a un experto, que hiciera una evaluación respecto a la pertinencia y claridad de los ítems.

La entrevista para los niños consta de 17 preguntas de las cuales todas eran pertinentes y claras, solo se corrigió el orden de las preguntas y la redacción de una de ellas.

Respecto a la entrevista hacia los padres se hicieron 18 preguntas de las cuales dos de ellas fueron eliminadas porque estas llevaban a las mismas respuestas de preguntas ya echas anteriormente en esta entrevista, las 16 preguntas que quedaron todas eran pertinentes y claras, se corrigió el orden y la redacción de dos de ellas, y además de esto se agregó una pregunta oportuna para la investigación.

En cuanto a la entrevista para los profesores se le hicieron 14 preguntas de las cuales dos de ellas se eliminaron porque estas llevaban a las mismas respuestas de preguntas ya echas anteriormente en esta entrevista, en total quedaron 12 preguntas de las cuales todas eran pertinentes y claras, se corrigió el orden y la redacción de dos de ellas.

Anexo I: Claridad y pertinencia del cuestionario evaluado por expertos

Medellín, 01 de agosto de 2012

Profesora:

Viviana Román

Docente, UNAC

Por medio de la presente nos dirigimos a usted con el fin de solicitar su colaboración realizando un análisis de pertinencia y claridad a las preguntas de las encuestas que serán dirigidas a los padres, docentes y niños de pre-escolar que serán entrevistados en el proyecto de grado “El estrés generado por exceso de actividades extraescolares en los niños de 5 a 7 años de edad”.

Le solicitamos calificar las preguntas de 1 a 5 teniendo en cuenta uno como el nivel más bajo y cinco como el nivel más alto de pertinencia y claridad. Si fuese necesario hacer alguna sugerencias, favor hacerlo en la parte de debajo de la hoja de preguntas.

Agradecemos de antemano su colaboración

Instrumento de observación para los niños (en la escuela)

ITEMS	PERTINENCIA					CLARIDAD				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1) Reacciones del niño durante su desempeño académicas:										
1.1 Agotado: (Se sienta, se distrae, se duerme, bosteza, sueño)					x					x
1.2 Irritable: (grosero, gruñones , susceptible, rebeldes, ofensivos)					x			x		
1.3 Agresivo: (daño a cosas materiales, gritos, amenazas, actos de desobediencia a la autoridad, pleitos, resentimiento)					x					x
1.4 Distraído: (Inquieto, poca atención e interés.)					x					x
1.5 Apatía: (rechazo, descuido en el estudio, poco interés)					x				x	
1.6 Ansiedad: (morderse las uñas, pensamientos y acciones repetitivas)					x					x
1.8 Pereza para hacer asignaciones académicas: (falta de interés, poca atención, rechazo al realizar actividades)			x				x			
2) Cuando los padres le habla con firmeza al niño, él reacciona:										
2.1 Grosero: (alza la voz, contesta entono inadecuado , hace malos gestos, alza el hombro, tuerce los ojos o la boca)					x					x

2.2 Asustado: Se queda paralizado, corre, llora, tiembla, cierra los ojos, siente miedo)					x			x		
2.3 Se altera: (grita, sale de clase, se pone incontrolable)					x					x

Instrumento de observación para el niño (en la familia)

ITEMS	PERTINENCIA					CLARIDAD				
	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5
1) Reacciones del niño durante su desempeño familiar:										
1.3 Agotado: (Se sienta, se distrae, se duerme, bosteza, sueño)					x					x
1.4 Irritable: (grosero, gruñones , susceptible, rebeldes, ofensivos)					x			x		
1.3 Agresivo: (daño a cosas materiales, gritos, amenazas, actos de desobediencia a la autoridad, pleitos, resentimiento)					x					x
1.4 Distraído: (Inquieto, poca atención e interés.)					x					x
1.5 Apatía: (rechazo, descuido en el estudio, poco interés)					x				x	
1.6 Ansiedad: (morderse las uñas, pensamientos y acciones repetitivas)					x					x
1.9 Pereza para hacer asignaciones académicas: (falta de interés, poca atención, rechazo al realizar actividades)			x				x			
2) Cuando los padres le habla con firmeza al niño, él reacciona:										
2.1 Grosero: (alza la voz, contesta entono inadecuado , hace malos gestos, alza el hombro, tuerce los ojos o la boca)					x					x

2.2 Asustado: Se queda paralizado, corre, llora, tiembla, cierra los ojos, siente miedo)					x			x		
2.3 Se altera: (grita, sale de clase, se pone incontrolable)					x					x
2.4 No responde: (agacha la cabeza, se queda callado, escucha, queda quieto)					x					x
3) El niño tiene un espacio especial:										
3.1 Juego libre					x			x		
3.2 Ver televisión o dormir					x			x		
3.3 Hablar con sus amigos					x			x		
4) Como es el trato de los padres con su hijo (s) es:										
4.1 Equilibrado (amoroso, aceptación, palmaditas, guiño de ojo, palabras dulces)					x					x
4.2 Autoritario (reglas estrictas, no flexible)					x					x
4.3 permisivo (relajado, liberal)					x					x

Análisis de la prueba de claridad y pertinencia (observación)

La observación para los niños consto de dos categorías que fueron raciones del niño durante su desempeño escolar la cual se dividió en 15 ítems que se dividían de las cuales todas eran pertinentes y claras pero en algunos ítems se hizo algunas correcciones y la redacción de una de ellas, ya que se repetían y planteábamos lo miso en algunos ítems.

La siguiente categoría se denominó reacciones sobres su desempeño escolar, ésta categoría la eliminamos del instrumento de observación aunque era pertinente no era prudente hacer la observación en casa; y además los padres no contaban con el tiempo necesario para atendernos.

Anexo J: Categorización

<table>
<tr><td colspan="6">Codificación de la Categorización</td></tr>
<tr><td colspan="2">Categoría (01): El Estrés</td><td colspan="2">Categoría (02): Las Actividades extraescolares</td><td colspan="2">Estrategias (03)</td></tr>
<tr><td rowspan="2">Sub-categorías</td><td>Desarrollo cognitivo:
(a) Distracción
(b) Disminución de memoria inmediata
(c) Indefensión
(d) Baja autoestima</td><td rowspan="2">Sub-Categorías</td><td>Tiempo:
Tiempo de Actividades corrientes
(aa) Tiempo de juego libre
(ab) Tiempo de realizar asignaciones académicas
(ac) Horario académico
Tiempo de las Actividades extraescolares
(ba) Frecuencia.
(bb) Intensidad.</td><td rowspan="2">Sub-Categorías</td><td>Tipo de estrategias</td></tr>
<tr><td>Desarrollo social:
(a) Dependencia
(b) apego
(c) Apatía
(d) Relación con los padres
(e) Relación con los superiores
(f) Relación con los iguales</td><td>Interés
(a) Finalidad u objetivo
(b) Expectativas
(c) Le gusta.
(d)</td><td>Conocimiento de las necesidades educativas del niño.</td></tr>
</table>

	Desarrollo emocional: (a) Labilidad (b) Depresión (c) Fobias (d) Temores (e) Ansiedad		(a) Ha mejorado (b) Ha desmejorado		
			(c) Intensidad de carga académica.		
			Pertinencia **(a)** Edad		
	Área de la salud **(a)** Dolor de cabeza **(b)** Dolor de estomago **(c)** Nausea **(d)** Trastorno de alimentación **(e)** Trastorno de sueño **(f)** Sudoración excesiva **(g)** Cansancio		Tipo de actividad **(a)** Culturales **(b)** Creación artística **(c)** Actividades de música y dramatización. **(d)** Actividades lúdicas y deportivas **(e)** Juego libre **(f)** Actividades de formación: (ea) Idiomas (eb) Nuevas cc) tecnologías.		
	Conducta (aa) Agresividad (ab) Pereza (ac) Inhibición (ad) Pasividad Conducta regresiva:				

	(No habla, Succiona dedo, No controla esfínteres)				

Anexo K: Formato de recolección de información

Este formato se utilizó para recoger la información de la aplicación del manual a los padres de los niños participantes.

FORMATO DE SEGUIMIENTO

FECHA:

NOMBRE DEL NIÑO:

Actitud del niño frente a las actividades
Actitud de los padres frente a las actividades.
Qué tipo de resultados se muestran por las actividades: positivos o negativos. Explique.

Observaciones y sugerencias

_____
FIRMA DEL ENCUESTADO

MANUAL PARA PADRES