



Facultad de Ciencias de la Educación  
Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa

**Capacitación dirigida a estudiantes del Colegio Católico San Francisco de Asís  
del municipio de Quezaltepeque, Departamento de Chiquimula para  
incentivar el interés en los ejercicios de relajación mental y técnicas de estudio  
para mejorar su rendimiento escolar**

(Informe de Práctica Profesional Dirigida)

Marisol del Rosario Recinos Ventura

Guatemala

2020

**Capacitación dirigida a estudiantes del Colegio Católico San Francisco de Asís  
del municipio de Quezaltepeque, Departamento de Chiquimula para  
incentivar el interés en los ejercicios de relajación mental y técnicas de estudio  
para mejorar su rendimiento escolar**

(Informe de Práctica Profesional Dirigida)

Marisol del Rosario Recinos Ventura

Licenciada Claudia Marlene Retana Osorio (**Asesor**)

Doctora Flor de María Bonilla Arévalo (**Revisora**)

Guatemala

2020

## **Autoridades Universidad Panamericana**

**M.Th. Mynor Augusto Herrera Lemus**

Rector

**Dra. HC. Alba Aracely Rodríguez de González**

Vicerrectora Académica

**M.A. Cesar Augusto Custodio Cobar**

Vicerrector Administrativo

**EMBA. Adolfo Noguera Bosque**

Secretario General

## **Autoridades de la Facultad de Ciencias de la Educación**

**M.A. Sandy Johana García Gaitán**

Decana

**M.A. Wendy Flores de Mejía**

Vicedecana


**DICTAMEN DE APROBACIÓN**  
**INFORME DE PRÁCTICA PROFESIONAL DIRIGIDA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN**  
**UNIVERSIDAD PANAMERICANA**

**ASUNTO: Marisol del Rosario Recinos Ventura**  
Estudiante de la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa, de esta Facultad, solicita autorización para realizar Informe de Práctica Profesional Dirigida para completar requisitos de graduación.

Dictamen 376.07112019.

Después de haber estudiado el anteproyecto presentado a esta Decanatura para cumplir los requisitos para elaborar Informe de Práctica Profesional Dirigida, que es requerido para obtener el título de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa. Se resuelve:

1. El anteproyecto presentado con el nombre de: **“Capacitación dirigida a estudiantes del Colegio Católico San Francisco de Asís del municipio de Quezaltepeque, Departamento de Chiquimula para incentivar el interés en los ejercicios de relajación mental y técnicas de estudio para mejorar su rendimiento escolar”**.
2. Está enmarcado dentro de los conceptos requeridos para la elaboración del Informe de Práctica Profesional Dirigida.
3. La temática se enfoca en temas sujetos al campo de investigación con el marco científico requerido.
4. Habiendo cumplido con lo descrito en el reglamento de egreso de la Universidad Panamericana en opciones de Egreso, artículo No. 5 del inciso a) al g).
5. Por lo antes expuesto, la estudiante **Marisol del Rosario Recinos Ventura**, recibe la aprobación de realizar Informe de Práctica Profesional Dirigida, solicitado como opción de Egreso con el tema indicado en numeral 1.

  
**M.A. Sandy J. García Gaitán**  
**Decana**  
Facultad de Ciencias de la Educación



PANAMERICANA

UNIVERSIDAD PANAMERICANA FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN,  
Guatemala, 07 de Diciembre de 2019-----

En virtud de que el Informe de Práctica Profesional Dirigida con el tema: **Capacitación dirigida a estudiantes del Colegio Católico "San Francisco de Asís" del municipio de Quezaltepeque, Departamento de Chiquimula para lograr incentivar en ellos el interés en los ejercicios de relajación mental y técnicas de estudio para mejorar su rendimiento escolar.** Presentado por el (la) estudiante: **Marisol del Rosario Recinos Ventura.** Previo a optar al Grado Académico de **Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa,** cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el presente dictamen favorable para que continúe con el proceso correspondiente.



Asesora Licda. Claudia Marlene Retana Osorio de Osorio  
Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa  
Número de colegiado 17897

*UNIVERSIDAD PANAMERICANA, FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN,  
Guatemala, 29 de septiembre de 2020.*

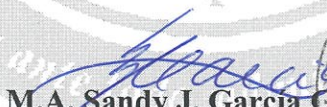
*En virtud de que el Informe de Práctica Profesional Dirigida con el tema: **Capacitación dirigida a estudiantes del Colegio Católico San Francisco de Asís del municipio de Quezaltepeque, Departamento de Chiquimula para incentivar el interés en los ejercicios de relajación mental y técnicas de estudio para mejorar su rendimiento escolar.** Presentado por la estudiante **Marisol del Rosario Recinos Ventura**. Previo a optar al Grado Académico de **Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa**, cumple con los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, se extiende el presente dictamen favorable para que continúe con el proceso correspondiente.*



**Revisora**  
**Flor de María Bonilla Arévalo**  
**Doctora en Educación**

UNIVERSIDAD PANAMERICANA, FACULTAD DE CIENCIAS DE LA  
EDUCACIÓN. Guatemala, veintinueve de octubre dos mil veinte.-----

En virtud del Informe de Práctica Profesional Dirigida con el tema: **“Capacitación dirigida a estudiantes del Colegio Católico San Francisco de Asís del municipio de Quezaltepeque, Departamento de Chiquimula para incentivar el interés en los ejercicios de relajación mental y técnicas de estudio para mejorar su rendimiento escolar”**. Presentado por la estudiante **Marisol del Rosario Recinos Ventura** previo a optar al grado académico de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa, reúne los requisitos técnicos y de contenido establecidos por la Universidad, y con el requisito de Dictamen de Asesor (a) y Revisor (a), se autoriza la **impresión** del Informe de Práctica Profesional Dirigida.

  
**M.A. Sandy J. Garcia Gaitan**  
**Decana**  
Facultad Ciencias de la Educación



*Para efectos legales únicamente el sustentante es responsable del contenido del presente trabajo.*



# Contenido

Resumen	i
Introducción	iii
<b>Capítulo 1</b>	
<b>Marco contextual</b>	
1.1 Descripción de la institución	1
1.2 Reseña histórica de la institución	2
1.3 Visión y misión	4
1.4 Estructura organizativa	5
1.5 Ubicación geográfica (Google map, Google earth)	6
1.6 Fortalezas de la institución	7
1.7 Limitantes de la institución	7
1.8 Problemática inicial detectada	8
<b>Capítulo 2</b>	
<b>Diagnóstico institucional</b>	
2.1 Problemática	9
2.2 FODA sistémico	9
2.3 Árbol de problemas	12
2.4 Árbol de objetivos	13
2.5 Metodología	14
2.6 Técnicas	15
2.7 Instrumentos	16
2.8 Informantes	17
2.9 Resultados del diagnóstico institucional	17
<b>Capítulo 3</b>	19
<b>Marco teórico</b>	19
3.1 Alimentación	20
3.2 Abandono	20

3.3 La Respiración	21
3.3.1 La Relajación	21
3.4 Beneficios de la Relajación	21
3.4.1 Recomendaciones para Padres, Docentes Y Alumnos.	23
3.5. El estudio	23
3.5.1 El aprendizaje	23
3.5.2 Tipos de aprendizaje	24
<b>Capítulo 4</b>	25
<b>Propuesta</b>	25
4.1 Nombre de la propuesta	25
4.2 Introducción	25
4.3 Justificación	26
4.4 Planteamiento del problema de la propuesta	27
4.5 Objetivos	28
4.5.1 Objetivo general	28
4.5.2 Específicos	28
4.6 Estrategia	28
4.7 Resultados esperados	29
4.8 Actividades	29
4.9 Cronograma de actividades.	30
4.10 Metodología.	31
4.11 Implementación y sostenibilidad de la propuesta	32
4.12 Recursos	33
4.12.1 Humanos	33
4.12.2 Materiales	33
4.13 Presupuesto	34
<b>Capítulo 5</b>	35
<b>Sistematización de la propuesta</b>	35
5.1 Vivir la experiencia	35
5.2 Objeto de la sistematización de la propuesta	36

5.3 Reconstrucción histórica	37
5.4 Ordenamiento de la información	38
5.5 Análisis e interpretación de la propuesta	40
5.6 Elaboración de conclusiones	45
5.7 Lecciones aprendidas	45
<b>Conclusiones</b>	47
<b>Referencias</b>	48
<b>Apéndice</b>	49
<b>Anexos</b>	70

## **Resumen**

Dentro de la Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa, se lleva a cabo la Práctica Profesional Dirigida proceso que se realiza con el propósito de adquirir experiencias acerca del manejo o la administración de un centro educativo y a la misma vez llevar a la práctica lo que se aprendió durante todo el proceso educativo de la carrera. El proceso de esta práctica se comprende en el lapso de 200 horas dentro de un establecimiento educativo al cual se le solicita el permiso con anterioridad para poder realizar esta experiencia dentro de la institución.

El proceso de la Práctica Profesional Dirigida se realizó en el Colegio Católico Privado Mixto San Francisco de Asís que está ubicado en Quezaltepeque, Chiquimula. Las 200 horas que comprenden todas las etapas de dicha práctica fueron llevadas a cabo en el área administrativa de la institución. Allí mismo, se realizó la recopilación de datos e información de la institución para el marco contextual.

El FODA sirvió para realizar el diagnóstico institucional, ya que en él plasmamos todas las fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas que tiene la institución educativa. Para poder plasmar estas características del Colegio Católico Privado Mixto San Francisco de Asís de Quezaltepeque, Chiquimula se necesitó de la ayuda de algunas personas que forman parte del claustro de docentes, como también del director. Con todo lo aprendido en Universidad Panamericana se inició un proceso de observación y el uso de distintas herramientas para identificar los hallazgos que ayudaron a decidir cuál sería la propuesta a realizar. Dentro del marco teórico se hizo una búsqueda en base a autores en bibliotecas virtuales para fundamentar el informe y la propuesta.

Dentro del capítulo 4 se plasmó la propuesta que se tomó la decisión de realizar, en la cual se elaboraron los objetivos y la justificación de dicha propuesta. La propuesta fue llamada Capacitación dirigida a estudiantes del Colegio Católico San Francisco de Asís del municipio

de Quezaltepeque Departamento de Chiquimula para lograr incentivar en ellos el interés en los ejercicios de relajación mental y técnicas de estudio para mejorar su rendimiento escolar.

Para llevar a la práctica esta propuesta hubo necesidad de utilizar estrategias y de elaborar un cronograma de actividades. Como también se hizo uso de recursos humanos y materiales para realizar a cabalidad las capacitaciones.

Se tomó la decisión de realizar la propuesta para mejorar su rendimiento escolar porque se notó en los estudiantes el desinterés en el proceso educativo, situación alarmante ya que tiene un trasfondo perjudicial para los estudiantes. Como lo es que no tienen atención de sus padres de familia y se enfocan más en escuchar a sus amistades lo que hace que ellos tomen decisiones equivocadas.

Los docentes como parte de los recursos humanos, dentro de este proceso comentaron que ellos veían que su población estudiantil manejaba mucho estrés y no se podían concentrar en clase. Por ello se tomó la decisión de dar la primera capacitación llamada: Cómo relajar la mente y el cuerpo para estudiar, para ayudar a los estudiantes a controlar su estrés y a practicar ejercicios mentales que le ayuden a relajarse y a adquirir con mayor facilidad los conocimientos impartidos por sus docentes.

Se observó que los alumnos no tenían un buen rendimiento académico lo cual demostró que no utilizan técnicas de estudio. Así que se decidió brindar la segunda capacitación que se llamó: Técnicas de estudio para mejorar el rendimiento escolar. La cual ayudó a los estudiantes a conocer la amplia gama de técnicas de estudio que existen para estudiar.

Al finalizar la propuesta se elaboró un informe detallado por pasos de las capacitaciones, los temas y con fotos de las actividades llevadas a cabo en cada una.

## **Introducción**

La propuesta fue llevada a cabo con estudiantes del Colegio Católico Privado Mixto San Francisco de Asís de Quezaltepeque Chiquimula para ayudar a los jóvenes a mejorar en distintos aspectos de su vida emocional y estudiantil.

Dentro de dicha propuesta estuvieron inmersas dos capacitaciones la primera titulada: Cómo relajar la mente y el cuerpo para estudiar, y la segunda: Técnicas de estudio para mejorar el rendimiento escolar; la razón por la cual se eligieron estos temas fue para ayudar a los jóvenes en primer lugar a aprender a manejar su estrés por medio de ejercicios mentales para así poder relajar su mente y su cuerpo, dando como resultado obtener mejores resultados en su vida académica. Así mismo se pretendió mostrar a los estudiantes que existen distintas formas y técnicas para estudiar y aprender de una manera fácil, sencilla y eficaz.

La sociedad espera que de todas las instituciones egresen estudiantes competentes para el futuro, y se consideró que estos temas ayudar a los jóvenes a mejorar en su vida estudiantil. Es a causa de esto que se tomó la decisión de ayudar a los estudiantes del Colegio Católico San Francisco de Asís del municipio de Quezaltepeque Departamento de Chiquimula con las capacitaciones.

Para estudiar toda persona debe de conocerse primero a sí mismo, saber que le perjudica, y que técnicas le son funcionales. Es por ello por lo que el objetivo de estas capacitaciones fue ayudar a los estudiantes a conocerse a sí mismos, aprender a relajar su mente, así como también a su cuerpo, y a conocer las técnicas de estudio para ver cuál le es de beneficio.

# **Capítulo 1**

## **Marco contextual**

### **1.1 Descripción de la institución**

El Colegio Católico Privado Mixto San Francisco de Asís es una institución reconocida por la mayoría de la población del municipio de Quezaltepeque, porque se basa en principios cristianos y además sus docentes son capacitados para impartir clases. Dicha institución posee instalaciones muy amplias. Tiene sus salones de clases con buena ventilación. Dentro del colegio se puede encontrar una tienda, dirección, secretaría, sala de catedráticos, aula específica para impartir el idioma inglés, aula específica para ciencias naturales, laboratorio de computación, mesas de llantas para refaccionar y cancha de basquetbol.

Dentro del Colegio están disponibles el nivel medio y diversificado dividido en: el nivel medio primero, segundo y tercero y bachillerato. En cada grado hay aproximadamente de 8 a 15 estudiantes. Los y las docentes que trabajan en la institución, planifican de acuerdo con el CNB e integran todas las innovaciones que el Ministerio de Educación brinda, por lo tanto, los docentes hacen sus clases participativas y de acuerdo con las necesidades de cada uno de los estudiantes.

En el Colegio Católico Privado Mixto San Francisco de Asís están inscritos jóvenes de varias comunidades tanto del casco urbano, como Santa Cruz, Salfate, Encuentros y del municipio de Olopa. Esta institución tiene la dicha de tener la preferencia de los padres de familia por la educación que imparte porque es distinguido en brindar formación integral a los alumnos con disciplina y creencias cristianas. Debido a su distancia los estudiantes se transportan en moto taxi, buses y motos para llegar a tiempo a sus clases, pero para ello el colegio cuenta con parqueo para motos dentro de la institución con su respectiva galera para que no se mojen si llueve.

## **1.2 Reseña histórica de la institución**

El Colegio Católico nace como parte de un proyecto a largo plazo, del estudio que hizo la pastoral social, educativa y el apoyo del Padre Estanislao Miciuk, contando con representantes de los movimientos de la iglesia. Luego surgió la necesidad de constituirse en un comité para que pudiera gestionar de manera legal solicitando a instituciones la construcción de futuros edificios.

Se hicieron tres intentos, para que la iglesia autorizara dicho colegio y la tercera vez la maestra Eugenia Torres de Martínez, solicitó de forma verbal al padre Francisco Pietruch, que ese tiempo era párroco de la parroquia San Francisco de Asís y al escuchar la propuesta le encantó la idea y dijo que iba a pedir por su parte ante seis superiores la autorización de dicho establecimiento. Al haber obtenido el aval de la iglesia, MEPU. Victoria Torres de Martínez junto con la PEM. Delmi Aracely Romero López Elaboran el expediente para presentarlo al Ministerio de educación, para conseguir la aprobación de la Dirección Departamental de Educación. El día cinco de noviembre del año 1997 se inaugura el funcionamiento del colegio con el nombre de Colegio Católico Privado Mixto San Francisco de Asís J.V. en el Centro Parroquial.

La directora, como responsable inició la inscripción en el mes de noviembre del año 1997 y siguió durante el mes de enero de 1998, inaugurando las clases con un programa especial, donde se informó que los horarios de clases eran para el Nivel Preprimario de 13:00 a 16:00 horas y para el Nivel Primario de 13:00 a 18:00 horas.

Como ya se tenía el plano, se iniciaron los trabajos con el aporte de la Infancia Misionera, Institución Católica, en el cual se construyeron las seis aulas de Primaria, Dirección, Aulas para Preprimaria y la cancha de Básquetbol donada por el Ing. Oscar Augusto Villeda y la Sra. Margoth de Guerra, llevando el nombre de la destacada deportista Margoth Guerra Martínez.

El 2 de octubre de 2004, se tuvo la grata presencia del Nuncio Apostólico con motivo del Encuentro Diocesano de la Infancia Misionera, para inaugurar y bendecir el Colegio, develando una plaqueta, reconociendo la ayuda económica para beneficio de la niñez de nuestro pueblo. Considerando que todas las gestiones se hicieron con gran voluntad y apoyo de los sacerdotes de origen polaco y de



la Orden Capuchina como párrocos de esta Iglesia, Fray Estanislao Miciuk y Francisco Pietruch. En el año 2002 inicia a funcionar el Colegio en las nuevas instalaciones con los niveles Preprimario y Primario en la Jornada Matutina y en el 2005 inicia el Ciclo Básico en la Jornada Vespertina.

En el año 2010 Fray Bogdan ve la necesidad de que el colegio tenga su propia Academia de Computación, es así como se iniciaron las gestiones y con 15 computadoras se inicia la Academia de Informática San Francisco de Asís, debidamente autorizada por el Ministerio de Educación, donde los alumnos reciben el Área de Tecnología y se imparten cursos libres de computación.

El día 26 de septiembre del año 2010 se inaugura el Gimnasio, que se construyó gracias a las gestiones de Fray Bogdan Filipiuk y al apoyo de las instituciones españolas Junta de Comunidades de Castilla, la Mancha y FERESECA, y del Arquitecto Julio Nájera, un proyecto de mucho beneficio para el colegio, ya que en él se realizan actividades sociales, cívicas, culturales, deportivas y religiosas, además los alumnos reciben el área de Educación Física, también para la parroquia ya que se utiliza como centro de retiros y para la sociedad en general pues, en algunas ocasiones se ha utilizado para asambleas magisteriales, entre otros.

Siempre fue un sueño de Fray Bogdan Filipiuk que el colegio ampliara servicios educativos en el Ciclo Diversificado, y el personal administrativo inicia sus gestiones para tramitarlo, es así como en el mes de enero de 2011 se inicia a preparar el expediente para abrir las Carreras de Magisterio de Educación Infantil Bilingüe Intercultural y Magisterio de Educación Primaria Intercultural, y se presenta a la Dirección Departamental de Educación en el mes de mayo en compañía de Fray Bogdan Filipiuk y personal administrativo.

En el mes de julio se recibe autorización de ambas carreras y se inicia a promocionar los servicios educativos del colegio. Un proyecto que se llevó a cabo con el fin de contribuir a la calidad educativa, formación académica y profesional de los jóvenes, tratando de promover las tradiciones, dialectos y todo lo que encierra el Patrimonio Cultural de nuestro pueblo y nuestra región Ch'ortí. Para lograr todos estos proyectos en algunas ocasiones se han presentado dificultades que gracias a Dios y a la sabiduría que proviene de él se han podido solucionar y hoy es una experiencia más y una lección aprendida, para continuar realizando proyectos en beneficio del colegio y de nuestra

población cachacera. En el recorrido de los años durante la existencia de este centro educativo ha habido varias anécdotas que contar, muchas experiencias por compartir y huellas que quedarán grabadas en las páginas del recuerdo de este centro educativo, para todas aquellas personas que han formado parte de la comunidad educativa del mismo, alumnos, maestros, padres de familia.

Actualmente, el Colegio Católico presta sus servicios educativos en los niveles Preprimario y Primario bajo la Dirección de la profesora Maritza Cardona de Recinos y en el Nivel Medio: Ciclos Básico y Diversificado por el licenciado Juan Luis Miguel Agosto brindando sus servicios a la población estudiantil con las carreras de Bachillerato en Ciencias y Letras con Orientación en Educación.

## **1.3 Visión y misión**

### 1.3.1 Visión

Ser reconocidos como un centro educativo que contribuye a la formación integral, académica y espiritual de los niños y jóvenes, egresando ciudadanos comprometidos al servicio de Dios y de su familia.

### 1.3.2 Misión

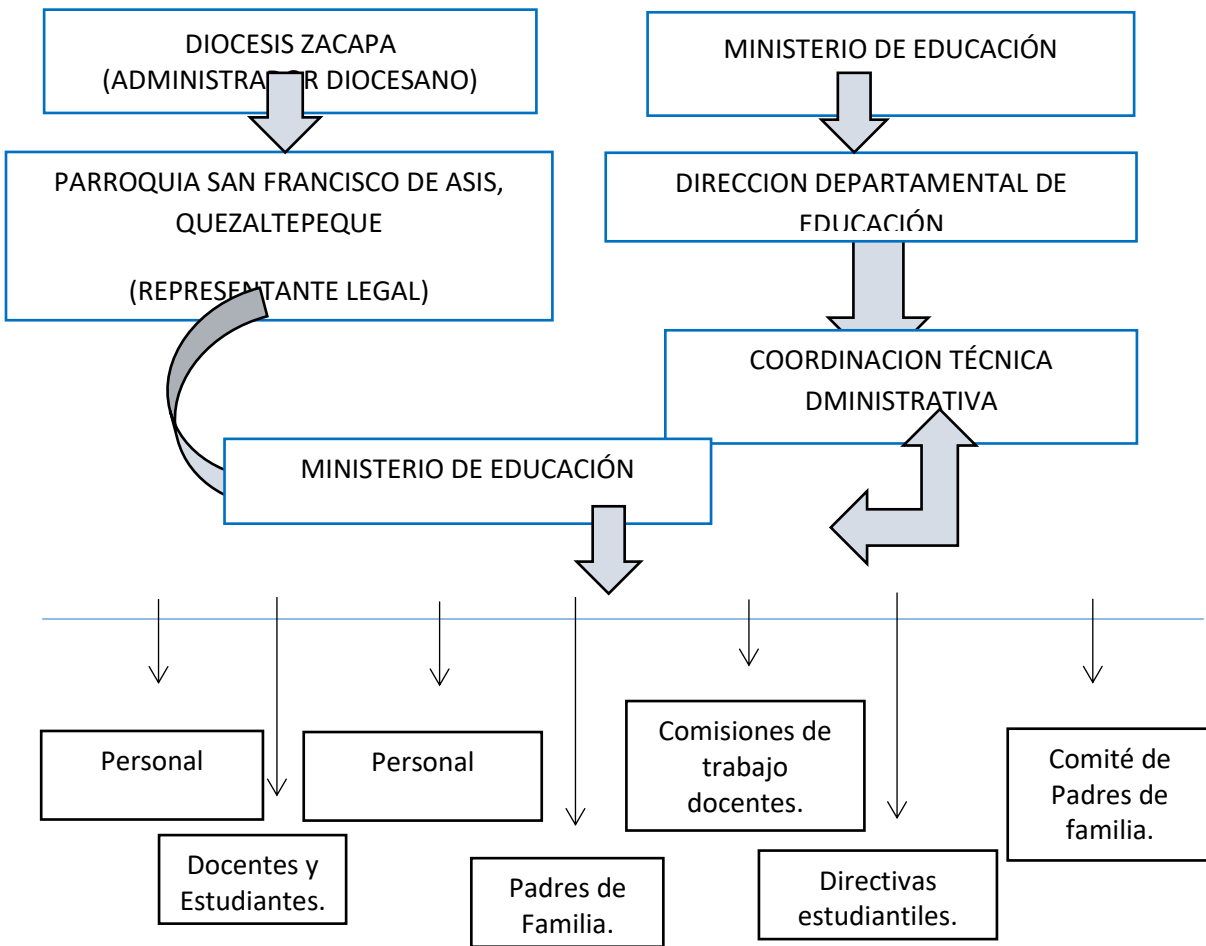
Somos una institución donde se fomenta la enseñanza cristiana y se forma a los niños, niñas y jóvenes con un preparación integral, tecnológica y académica basadas en las directrices del Ministerio de Educación, brindando una educación de calidad cimentada sobre los pilares de fe y ciencia, valores espirituales, morales, democráticos, cívicos y culturales, inspirados en el amor de Dios.

## 1.4 Estructura organizativa

### 1.4.1 Organigrama

Imagen 1

Organigrama y esquemas funcionales



Fuente: Colegio Católico Privado Mixto San Francisco de Asís. 2019

### 1.4.2 Autoridades

1. Licenciada Ángela del Rosario García Marcos (Coordinadora Distrital 20-038)
2. Juan Luis Miguel Agosto (director)
3. Eva Margoth Ruíz (secretaria)

## 1.5 Ubicación geográfica

Departamento de Chiquimula

Municipio de Quezaltepeque

Dirección: Colonia Santa Filomena

Instituciones aledañas: Centro de Salud Municipal,  
y Escuela Oficial de Párvulos.

**Imagen 2**

**Ubicación geográfica**



Fuente: Google maps 2019

## **1.6 Fortalezas de la institución**

- Docentes Actualizados
- Talleres y salones de clases equipados para las áreas de tecnología y comunicación, formación musical, artes plásticas, educación para el hogar e industriales
- Retiros espirituales para docentes y alumnos.
- Amplias y modernas instalaciones.
- Trabajo en Equipo
- Equipo de trabajo colaborativo y con disposición de horario.

## **1.7 Limitantes de la institución**

- La falta de interés de parte de los estudiantes en el proceso de enseñanza aprendizaje.
- Irresponsabilidad de los padres de familia en el cumplimiento del pago puntual de la cuota mensual de colegiatura.
- Desinterés de parte de los padres de familia en el avance académico de sus hijos.
- Deficiencia en las prácticas de valores por los estudiantes.
- El poco uso de la tecnología.
- Falta de apoyo de los padres de familia hacia sus hijos en el proceso de enseñanza aprendizaje.
- La desintegración familiar y la migración hacia países extranjeros afecta en la concentración y el interés de los estudiantes en su avance académico.
- La ubicación lejana del centro del municipio implica usar algún vehículo para llegar.
- La baja en la población estudiantil en el Ciclo Diversificado.
- Falta de apoyo de la Policía Municipal de Tránsito a la hora de entrada y salida de los estudiantes ya que la calle es muy transitada es peligroso.

## **1.8 Problemática inicial detectada**

La falta de interés de parte de los estudiantes en el proceso de enseñanza aprendizaje hace que manifiesten actitudes negativas o autodestructivas y tengan un bajo rendimiento escolar. La falta de atención, o de la presencia de un padre de familia les afecta en gran manera. La mayor parte de la población estudiantil del Colegio Católico San Francisco de Asís están siendo liderados o cuidados por un tío, abuelo o un encargado, esto a causa de que por necesidades económicas los padres de familia de dichos estudiantes han tomado la decisión de migrar a un País extranjero y dejar su comunidad junto con su familia para poder suplir las necesidades.

Se da la problemática que los padres de familia migran con la única mentalidad de sacar adelante a sus familiares y para poder brindarle un mejor futuro a sus hijos, pagándole sus estudios y supliendo las necesidades económicas. Pero resulta ser que los estudiantes no les es suficiente tener todo lo necesario y sufren por la ausencia y la poca comunicación con sus padres de familia. Lo que al final da como resultado el bajo rendimiento escolar de los estudiantes.

Todo lo anteriormente mencionado lleva a los estudiantes a querer llamar la atención de sus padres de familia, lo cual hacen teniendo malas actitudes, llamadas de atención, bajo rendimiento en las clases, e incluso faltando a clases. Como consecuencia se ve una falta de concentración de parte de los alumnos. Entonces lamentablemente se llega a la conclusión de que cada mala acción que cometen los estudiantes tiene un motivo o un trasfondo y que existe una falta de oxigenación y ejercicio mentales.

## Capítulo 2

### Diagnóstico institucional

#### 2.1 Problemática

La falta de interés de parte de los estudiantes del Colegio Católico San Francisco de Asís en el proceso de enseñanza aprendizaje hace que manifiesten actitudes negativas o autodestructivas y tengan un bajo rendimiento escolar.

#### 2.2 FODA sistémico

**Tabla 1**  
**FODA sistémico**

<b>FODA</b> <b>Área</b>	<p><b>Fortalezas (+)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Docentes Actualizados</li> <li>• Talleres y salones de clases equipados para las áreas de tecnología y comunicación, formación musical, artes plásticas, educación para el hogar e industriales</li> <li>• Retiros espirituales para docentes y alumnos.</li> <li>• Amplias y modernas instalaciones.</li> <li>• Trabajo en Equipo</li> <li>• Equipo de trabajo colaborativo y con disposición de horario.</li> </ul>	<p><b>Oportunidades (+)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Brinda becas completas y medias para los estudiantes de bajo recurso económico.</li> <li>• Donaciones con referente a la infraestructura de países extranjeros.</li> <li>• La cercanía del Centro de Salud para que por cualquier emergencia brindan ayuda inmediata.</li> <li>• Motivación espiritual por parte de la iglesia católica.</li> </ul>
----------------------------	---	--

<p><b>Debilidades (-)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La falta de interés de parte de los estudiantes en el proceso de enseñanza aprendizaje.</li> <li>• Falta de Concentración de parte de los estudiantes en clase.</li> <li>•</li> <li>• Desinterés de parte de los padres de familia en el avance académico de sus hijos.</li> <li>• Deficiencia en las prácticas de valores por los estudiantes.</li> </ul>	<p><b>Estrategias</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Exhortarlos a utilizar estrategias de estudio para hacer más creativo el aprendizaje.</li> <li>• Charla acerca de gimnasia cerebral y ejercicios para la concentración mental.</li> <li>• Charla para padres de familia motivándoles a ser partícipes activamente en el aprendizaje de sus hijos.</li> <li>• Recalcar la práctica de valores en los salones de clases.</li> </ul>	<p><b>Estrategias</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Capacitación acerca de métodos que se pueden utilizar para que el estudio sea algo divertido.</li> <li>• Que los estudiantes practiquen juegos y actividades que le ayuden a su concentración.</li> <li>• Escuela de padres.</li> <li>• Charla acerca de que son y como practicar los valores morales dentro del centro educativo y con todos los miembros de la comunidad educativa.</li> </ul>
<p><b>Amenazas (-)</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• El poco uso de la tecnología.</li> <li>• Falta de apoyo de los padres de familia hacia</li> </ul>	<p><b>Estrategias</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Gestionar para obtener material tecnológico e instalar en uno de los salones de clases que están desocupados un equipo para los docentes puedan impartir su clase haciendo el uso adecuado de la tecnología.</li> <li>• Hacerle ver al padre de familia cuán</li> </ul>	<p><b>Estrategias</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Implementar el uso de celulares en el salón de clase únicamente cuando sea necesario.</li> <li>• Que los estudiantes mantengan una</li> </ul>



<p>sus hijos en el proceso de enseñanza aprendizaje.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• La desintegración familiar y la migración hacia países extranjeros afecta en la concentración y el interés de los estudiantes en su avance académico.</li> <li>• La ubicación lejana del centro del municipio implica usar algún vehículo para llegar.</li> <li>• La baja en la población estudiantil en el Ciclo Diversificado.</li> <li>• Falta de apoyo de la Policía Municipal de Tránsito a la hora de entrada y salida de los estudiantes ya que la calle es muy transitada es peligroso.</li> </ul>	<p>importante es que esté inmerso en el proceso educativo de sus hijos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Charla a cerca de la importancia comunicación familiar.</li> <li>• Hacer más publicidad.</li> <li>• Regalar cupones de descuento en inscripción.</li> <li>• Gestionar con la PMT por lo menos cuidar el portón unas tres veces por semana.</li> </ul>	<p>comunicación estrecha con sus padres aun estando lejos.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Que aun a la distancia los padres de familia pudieran comunicarse con el director para saber directamente sobre el avance de sus hijos.</li> <li>• Promover ofertas y descuentos en la colegiatura durante las vacaciones para que se acerquen más personas.</li> <li>• Promover el colegio en las aldeas.</li> <li>• Contratar a alguien que funcione como portero y guardia.</li> </ul>
--	--	---

Fuente: propia

## 2.3 Árbol de problemas

**Imagen 3**  
**Árbol de problemas**

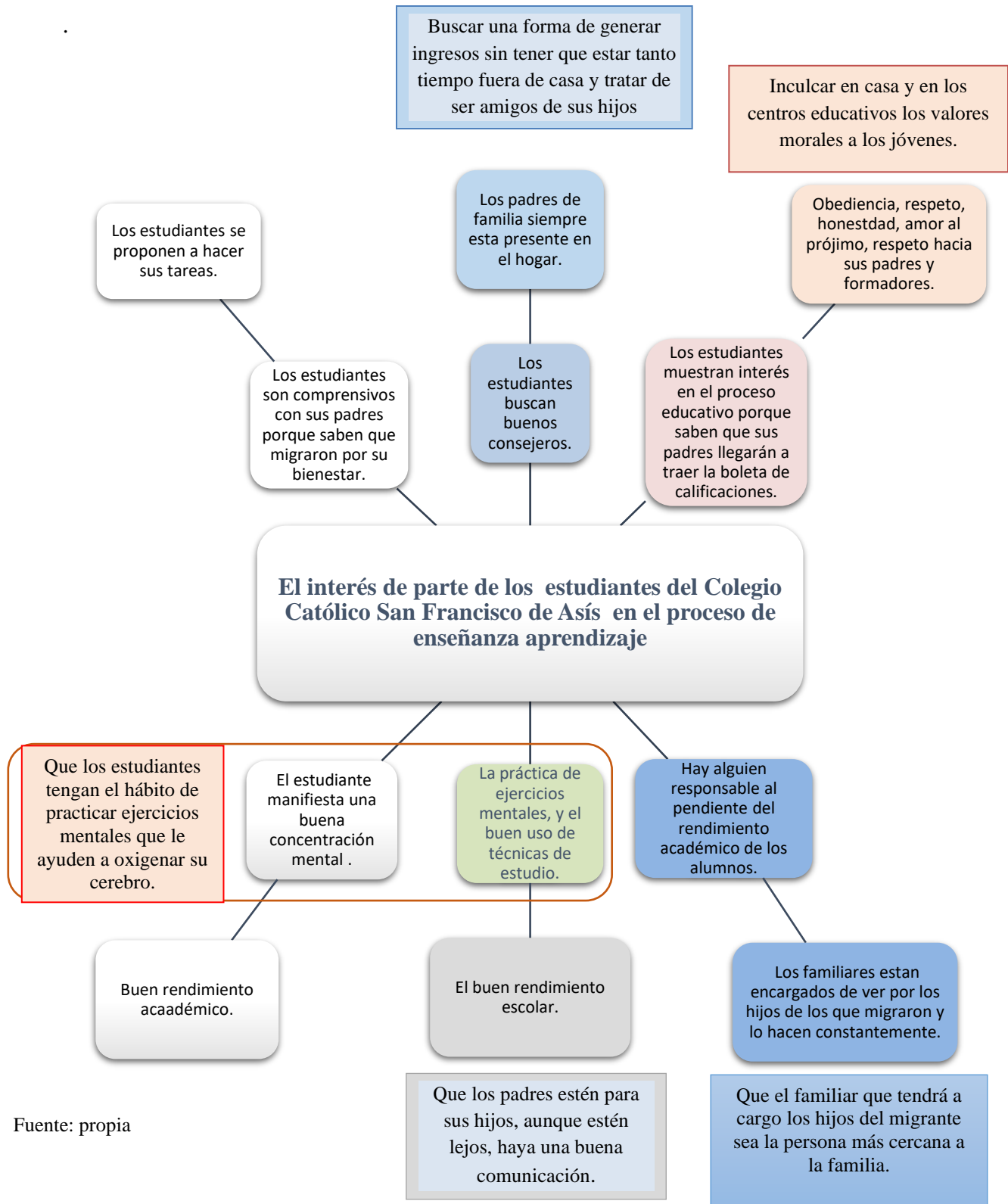


Fuente: propia

## 2.4 Árbol de objetivos

Imagen 4

### Árbol de objetivos



Fuente: propia

## **2.5 Metodología**

### **Investigación de campo**

La Investigación de campo consiste en la recolección de datos directamente de la realidad donde ocurren los hechos, sin manipular o controlar las variables. Estudia los fenómenos sociales en su ambiente natural.

La investigación de campo se llevó a cabo por la alumna practicante al inicio para obtener todos los antecedentes del centro educativo, ya que para obtener esa información tuvo que hacer muchas preguntas, pero a la misma vez observar la infraestructura.

### **Investigación Descriptiva**

La investigación descriptiva consiste en la caracterización de un hecho, fenómeno, individuo o grupo, con el fin de establecer su estructura o comportamiento. (Fidias 2012, p 24).

La investigación descriptiva se realizó en el momento en el que los docentes que colaboraron con información fueron muy amables al describir la institución.

### **Investigación explicativa**

La investigación explicativa se encarga de buscar el porqué de los hechos mediante el establecimiento de relaciones causa-efecto. Los estudios explicativos pueden ocuparse de la determinación de las causas y de los efectos mediante la prueba de hipótesis. (Fidias 2012, p 26).

La investigación acción fue implementada por medio de un proceso de distintas formas de investigación como lo fueron: investigación de campo, con la cual se obtuvo la mayor parte de la información física del establecimiento, pero así mismo se obtuvo información directamente de los

docentes y el director del establecimiento quienes son los que conocen de cerca la situación y los comportamientos de los estudiantes.

## **2.6 Técnicas**

Las técnicas utilizadas fueron observación, la observación, no participativa o externa, observación individual, y las notas de campo para ir anotando todo lo observado.

Observación: se fundamenta en la búsqueda del realismo y la interpretación del medio. Es decir, a través de ella se puede conocer más acerca del tema que se estudia basándose en actos individuales o grupales como gestos, acciones y posturas.

Se utilizó la observación desde el primer momento de la práctica administrativa, el cual fue la entrega de la solicitud. Se pudo observar la estudiante practicante al director técnico administrativo, su claustro y algunos estudiantes a simple vista.

Observación no participativa o externa: se refiere a aquella en la que el investigador se mantiene al margen del objeto de estudio. Puede darse de manera directa, con herramientas de recolección de datos.

Se utilizó la observación externa al momento de iniciar la fase de la práctica Profesional dirigida al momento de estar presente en la dirección técnica administrativa, se pudo observar algunas debilidades o algunas problemáticas, aun sin estar involucrada con el claustro.

Observación individual: En la observación científica individual participa un solo investigador, quien tiene la tarea de observar detenidamente al objeto de estudio, registrar los datos recopilados de dicha observación y realizar el posterior análisis propio de una investigación científica. Puede aplicarse en los demás tipos de investigación.

La observación que se llevó a cabo fue individual puesto a que en el Colegio Católico San Francisco de Asís solamente había una alumna practicante de la universidad panamericana. Lo cual tiene ventajas ya que la información fue obtenida directamente por la estudiante. A lo que se le llama información de primera mano.

## **2.7 Instrumentos**

FODA sistémico: consiste en realizar una evaluación de los factores fuertes y débiles que, en su conjunto, diagnostican la situación interna de una organización, así como su evaluación externa, es decir, las oportunidades y amenazas. También es una herramienta que puede considerarse sencilla y que permite obtener una perspectiva general de la situación estratégica de una organización determinada. (Thompson 2010)

El FODA fue utilizado para plasmar o anotar cuales eran las Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas de el Colegio Católico Privado Mixto San Francisco de Asís, lo cual sirvió para poder redactar la propuesta para mejorar la problemática detectada.

Encuesta: obtiene información sistemáticamente de los encuestados a través de preguntas, ya sea personales, telefónicas o por correo. La encuesta fue realizada para los docentes y el director técnico administrativo del Colegio Católico Privado Mixto San Francisco de Asís, el Licenciado Juan Luis Miguel Agosto puesto a que ellos son los que conocen de forma concreta su institución, sus estudiantes y los problemas que los estudiantes tienen que afectar el rendimiento académico de cada uno de ellos.

Las encuestas son instrumentos de investigación descriptiva que precisan identificar a priori las preguntas a realizar, las personas seleccionadas en una muestra representativa de la población, especificar las respuestas.

## **2.8 Informantes**

En las investigaciones de tipo cualitativo, la información directa sobre el problema o el fenómeno que se estudia son aportadas por los sujetos que viven y experimentan el propio fenómeno, es por ello que han sido identificados con el término de *Informantes*, quienes lo asumen como los sujetos que, contextualizados dentro del fenómeno, tienen su propia forma de entender, ofrecer y proveer la información que conduzca a la investigación del hecho. (Martínez M., 2013)

Los informantes en esta investigación fueron:

- La secretaria: Eva Margoth Ruiz fue la informante en cuestión a aspectos de antecedentes de la institución ya que es la persona que está laborando allí desde que el establecimiento pasó a ser cargo de la Iglesia Católica del pueblo de Quezaltepeque, Chiquimula.
- El director técnico administrativo, Juan Luis Miguel Agosto fue el informante principal ya que fue quien respondió a la encuesta.
- Los docentes fueron informadores verbales ya que con ellos se pudo conocer más acerca de la actitud de los estudiantes en el salón de clases.

## **2.9 Resultados del diagnóstico institucional**

En el Colegio Católico Privado Mixto San Francisco de Asís fueron encontrados distintos hallazgos, como lo son la poca población estudiantil, la poca identificación del establecimiento entre otras. Pero los que más afectan fueron los siguientes:

Durante el periodo de práctica Administrativa la alumna practicante pudo darse cuenta de que la mayoría de los estudiantes están siendo representados por abuelos, tíos y encargados. Por causa de la migración de los padres de familia, procurando una mejora en su situación económica. Factor

que repercute en el interés que los estudiantes muestran en el proceso educativo puesto a que ellos no se esfuerzan tanto porque algunas veces los encargados no están al pendiente de los punteos de los alumnos.

Los estudiantes a causa de la falta de supervisión de sus padres no tienen un buen rendimiento académico y tienen una falta de la práctica de los valores. Muestran actitudes negativas y se oponen a estudiar.

Además de estos factores los estudiantes no utilizan técnicas de estudio para enriquecer su aprendizaje. Lo que hace que ellos pierdan el interés en el proceso educativo porque se vuelve tedioso.

La desintegración familiar es un factor que afecta a los estudiantes del Colegio Católico Privado Mixto San Francisco de Asís de Quezaltepeque, Chiquimula ya que la mayoría de los hogares de la población estudiantil de dicho establecimiento están a cargo de abuelos, encargados como antes mencionado y la parte restante en su mayoría son hogares desintegrados. Algunas veces la desintegración familiar repercute en el estado de ánimo, en las actitudes y en su estado emocional de los jóvenes y puesto a que la mayoría de estos hogares carecen del factor económico, los estudiantes no tienen como ir a un Psicólogo que les ayude a conllevar este problema familiar, lo que hace una vez más que el alumno no tenga deseos de aprender y que no tenga buenas calificaciones.

Según la información obtenida por el director del establecimiento la mayor parte de su población estudiantil en alguna ocasión le ha expresado que mamá y papá están ausentes en casa y que eso no les permite concentrarse puesto a que no relajan su mente si no que se sienten estresados y preocupados por lo que sucede en casa.



## **Capítulo 3**

### **Marco teórico**

#### **3.1 Alimentación**

Según Martínez (2000)

Se necesita ingerir un mínimo de nutrientes, en cantidad y calidad, para poder mantener las funciones en las diferentes etapas de la vida. La dieta equilibrada es aquella que aporta todos y cada uno de los nutrientes necesarios, en las cantidades adecuadas, atendiendo al estado fisiológico particular de cada individuo. El conocimiento del valor nutritivo de los diferentes grupos de alimentos es imprescindible para poder establecer pautas dietéticas adecuadas.

Sin embargo, el papel del alimento no se reduce a ser un mero vehículo de nutrientes. Para el hombre el consumo de alimentos va acompañado habitualmente de sensaciones de satisfacción o placer. Unas adecuadas propiedades de color, sabor, aroma o textura son necesarias para que un alimento sea susceptible de ser consumido. Para el hombre el consumo de alimentos va acompañado habitualmente de sensaciones de satisfacción o placer. Unas adecuadas propiedades de color, sabor, aroma o textura son necesarias para que un alimento sea susceptible de ser consumido.

El conocimiento de los compuestos que determinan dichas propiedades y la forma en que los diferentes procesos tecnológicos pueden influir en ellos, son indispensables para poder determinar la calidad sensorial u organoléptica del alimento y, en definitiva, su mayor o menor idoneidad para formar parte de una dieta. Los alimentos, en general, constituyen medios adecuados para el crecimiento de los microorganismos que pueden causar su alteración e incluso hacer que sean responsables de infecciones e intoxicaciones.

### 3.2 Abandono

Son muchos los problemas que hoy por hoy rodean la investigación y prevención de la conducta antisocial. Quizás, en parte, por los múltiples profesionales y enfoques teóricos interesados en su estudio, lo que, sin duda, dificulta sobremanera la elaboración de un modelo teórico que permita su explicación comprensiva. Si bien, tal y como han mostrado las múltiples investigaciones al respecto, su análisis debe ser llevado a cabo con el mayor encomio y dedicación por cuanto que sus resultados nos deberían guiar, cuanto menos, a distinguir diferentes adolescentes en mayor o menor riesgo de conducta antisocial y, consecuentemente, poder diseñar específicamente las diferentes líneas de prevención e intervención para cada uno de estos subgrupos.

Peña (2009) indica que

Teniendo presente la “conducta antisocial” y sus complejas manifestaciones conductuales a lo largo de la infancia y la adolescencia, especialmente, con aquellas conductas agresivas, violentas, la presente investigación doctoral se ha centrado en los siguientes objetivos:

- a) Describir las distintas manifestaciones de la conducta antisocial (comportamientos antisociales graves y/o violentos, conductas agresivas y consumo de sustancias).
- b) Comparar las diferentes conductas agresivas en adolescentes. patrones función del de consumo nivel de conducta sustancias antisocial y prevalencias mostrada.
- c) Determinar la forma en la que se asocian las diferentes sustancias de comercio legal e ilegal en los adolescentes (tabaco, alcohol, cannabis, fármacos antirreumáticos y tranquilizantes, derivados morfínicos, estimulantes, cocaína, heroína, inhalantes y drogas de síntesis).

### **3.3 La respiración**

La respiración rítmica, te permitirá dominar situaciones difíciles como: la presentación de exámenes, asistir a una entrevista, hablar en público, etc. Ayuda a reducir la tensión nerviosa, favorece el aprendizaje y la creatividad, y en general, permite afrontar con más serenidad casi todas las situaciones de la vida cotidiana en donde se requiere un mejor equilibrio nervioso y emocional. Tiene la capacidad de influir positivamente en muchos procesos en nuestro organismo: la oxigenación de todas las células, la presión arterial, la temperatura corporal y nuestro bienestar en general.

#### **3.3.1 Relajación**

Compartir es una de las experiencias más gratificantes de nuestra vida. Compartir alegrías, compartir buenas noticias, compartir la felicidad de los que nos rodean y la de aquellos a quienes admiramos aun sin conocerlos; y también compartir hechos que en un momento han sido difíciles de afrontar. La relajación es un proceso mediante el cual se disminuyen las tensiones mentales y físicas mediante el control consciente de la respiración, la concentración y la influencia de la mente en la musculatura corporal. Existen diversas técnicas o métodos de relajación, orientados en su mayoría a la búsqueda de los mismos beneficios mentales y físicos. La relajación proporciona descanso a la mente, ayuda a mejorar la salud, permite contrarrestar los altos niveles de agitación y estrés. (Montes, 2019)

### **3.4 Beneficios de la relajación**

Los beneficios de la relajación son, sin duda alguna, muy amplios. Encontramos beneficios mentales, físicos y espirituales; a continuación, algunos de ellos: Ayuda a mejorar la capacidad respiratoria y la oxigenación celular. Es un excelente recurso para ayudar a reducir el estrés, la ansiedad y las tensiones emocionales. Ayuda a modificar la frecuencia de las ondas cerebrales, las cuales pasan de ser predominantemente tipo beta a tipo alfa, lo cual es un signo inequívoco de una

mente relajada pero alerta. Ayuda a combatir estados mentales y emociones negativas como la irritabilidad, la depresión, la angustia y la falta de estímulos. Mente y cuerpo están indiscutiblemente entrelazados; lo que afecta al cuerpo también afecta la mente y viceversa.

La relajación consciente, calma la mente y ayuda a lograr una armonía física que favorece el buen funcionamiento del resto del organismo. Aporta beneficios a la salud sin ningún riesgo o efecto indeseable. Contribuye a reducir la producción de hormonas relacionadas con la ansiedad y el estrés. Ayuda a regular diversas funciones orgánicas, reduciendo el efecto perjudicial de sus desequilibrios; entre ellas ayuda a regular la presión arterial, mejorar el ritmo cardíaco y el ritmo de la respiración.

Es útil para mejorar una diversidad de situaciones que causan efectos físicos negativos como lo son la fatiga y el agotamiento físico, la debilidad por sobrecarga emocional y la falta de descanso apropiado, etc., por lo que contribuye a estimular el sistema inmunológico, a enfrentar y superar enfermedades. Es un recurso de gran utilidad ante situaciones difíciles de afrontar en la vida diaria y en circunstancias de gran tensión que causen estrés físico y/o emocional. Contribuye a desarrollar la concentración, la autoconfianza y la autoestima.

Contribuye a reducir la producción de hormonas relacionadas con la ansiedad y el estrés. Ayuda a revertir el efecto de las tensiones acumuladas sobre el cuerpo físico, las cuales frecuentemente causan contracturas en los músculos de la espalda, el cuello, hombros y del rostro. Es útil para mejorar una diversidad de situaciones que causan efectos físicos negativos como lo son la fatiga y el agotamiento físico, la debilidad por sobrecarga emocional y la falta de descanso apropiado, etc.

La relajación consciente del cuerpo y la mente ayuda a promover un descanso reparador, beneficioso ante problemas como el insomnio. Es un recurso de gran utilidad ante situaciones difíciles de afrontar en la vida diaria y en circunstancias de gran tensión que causen estrés físico y/o emocional. Contribuye a desarrollar la concentración, la autoconfianza y la autoestima.

### 3.4.1 Recomendaciones para padres, docentes y alumnos

En lo que se refiere a los estudiantes, a través de la práctica de la relajación, podrán estar más concentrados para entender mejor sus clases, estarán más alertas, centrados y con menos estrés. Los estudiantes pueden formar grupos para practicar la relajación con compañeros de estudio o amigos, antes de comenzar a estudiar. También pueden pedir ayuda a los padres o a cualquier persona con quien se sientan bien y tengan algo en común, de esta manera el núcleo que los rodea se irá convirtiendo en un centro de bienestar para el alcance de logros personales, ideal para su crecimiento y desarrollo personal.

## 3.5. El estudio

Estudio es el proceso realizado por un estudiante mediante el cual tratamos de incorporar nuevos conocimientos a nuestro intelecto. El estudio no es un área reciente de interés. Desde 1986, se han venido examinando y analizando los diversos procesos involucrados en el estudio, bajo una perspectiva cognoscitiva. No es lo mismo aprender que estudiar. Aprender puede ser el resultado de un conjunto de procesos que pueden ocurrir en cualquier lugar. Podemos aprender en la calle, viendo televisión, leyendo un libro, visitando un museo o ejercitándonos en un gimnasio, pero también aprendemos en los preescolares, las escuelas, los liceos, las universidades o en cualquier otra institución educativa.

### 3.5.1 El aprendizaje

El aprendizaje se define como un cambio en la capacidad o disposición humana, relativamente duradero y además no puede ser explicado por procesos de maduración. Este cambio es conductual, lo que permite inferir que se logra sólo a través del aprendizaje. Puede definirse el aprendizaje como un cambio en la conducta, relativamente permanente, que ocurre como resultado de la experiencia.

### 3.5.2 Tipos de aprendizaje

Según la teoría del aprendizaje de Gagné citado por Roger (2009) pueden ser:

1. Aprendizaje de señales. Puede ser equivalente al condicionamiento clásico o de reflejos.
2. Aprendizaje de estímulo-respuesta. Aproximadamente equivalente al condicionamiento instrumental u operante.
3. Encadenamiento motor.
4. Asociación verbal (E: R: en el área verbal).
5. Discriminaciones múltiples.
6. Aprendizaje de conceptos.
7. Aprendizaje de principios.
8. Resolución de problemas.

## **Capítulo 4**

### **Propuesta**

#### **4.1 Nombre de la propuesta**

Capacitación dirigida a estudiantes del Colegio Católico San Francisco de Asís del municipio de Quezaltepeque, Departamento de Chiquimula para incentivar el interés en los ejercicios de relajación mental y técnicas de estudio para mejorar su rendimiento escolar.

#### **4.2 Introducción**

Las razones que dieron origen a la propuesta fueron las siguientes: en primer lugar los resultados de los estudiantes al final de cada bloque o unidad, luego, al conversar con el director el manifestó que le era una situación bastante preocupante, ya que las notas obtenidas por los estudiantes también representan a la institución y esto hace que haya poca población estudiantil ya que solamente tienen 49 estudiantes en la Jornada Vespertina del Colegio Católico Privado Mixto San Francisco de Asís.

Al conversar con los docentes hacían mención de que los estudiantes no hacen uso de las varias técnicas de estudio que existen, y que la mayor falla era en las evaluaciones porque no estudian. Así mismo mencionaban la apatía que demuestran los estudiantes del Colegio Católico Privado Mixto San Francisco de Asís en el salón de clases a causa de problemas en casa o emocionales.

Hubo mucho interés por parte de los estudiantes en las dos capacitaciones brindadas que llevan por nombre:

- Como relajar la mente y el cuerpo para estudiar

La cual se realizó con el objetivo de enfatizar que la alimentación repercute mucho en el estado de ánimo de la mente y el cuerpo, y que los estudiantes aprendan a saber controlar y relajar tanto su mente como su cuerpo para mejorar su forma de estudiar y aprender. Hubo una participación de parte de los estudiantes en los juegos realizados y en el tema que impartió el capacitador J. Gerardo Sinay Naturista y Acupunturista ya que él les mostró como mantener su mente y su cuerpo relajado haciendo ejercicios mentales como por ejemplo la gimnasia Cerebral.

- Técnicas de estudio para mejorar el rendimiento escolar

Se impartió la capacitación del nombre anterior mencionado con el objetivo de demostrarles a los estudiantes que si existen muchas técnicas de estudio que pueden utilizar para mejorar su rendimiento académico. Así mismo para Instar a los estudiantes a explorar diversas técnicas de estudio hasta encontrar la o las que le favorezcan a la hora de estudiar.

### **4.3 Justificación**

La propuesta fue realizada con el propósito de llevar a los estudiantes a la reflexión y para que ellos se interesen por mejorar en su rendimiento académico. Así mismo se tuvo como motivación el mejorar la reputación del establecimiento en cuestión a aumentar las calificaciones de los estudiantes del Colegio Católico Privado Mixto San Francisco de Asís de Quezaltepeque, Chiquimula. Una razón muy importante por la que se realizó la propuesta de capacitar a los estudiantes antes mencionados fue para combatir la apatía que los estudiantes mostraban en su salón de clases y en el proceso de evaluación de las áreas y subáreas.

De igual manera se propuso capacitar a los estudiantes para que aprendan a relajar su mente su cuerpo y a utilizar técnicas de estudio para hacer más interesante el proceso educativo y puedan adquirir más conocimientos. Cada alumno tiene una forma distinta de aprender y por ello debe de



intentar con distintas técnicas de estudio hasta encontrar la que sea la indicada o la que le facilite la retención de los conocimientos.

El impacto que se tuvo fue muy positivo ya que los alumnos del Colegio Católico Privado Mixto San Francisco de Asís se mostraron muy dóciles en la participación de las capacitaciones, ellos aprendieron a dejar los problemas en casa y a poner en práctica los ejercicios corporales o mentales para relajar su mente y su cuerpo antes de estudiar para un examen o una exposición.

#### **4.4 Planteamiento del problema de la propuesta**

Los alumnos del Colegio Católico San Francisco de Asís del municipio de Quezaltepeque, Departamento de Chiquimula se niegan a hacer las tareas y a asistir a clases. Muestran una apatía al estudio y mucho estrés, todo esto lo hacen para llamar la atención de sus padres de familia. Ellos tratan de llamar la atención de sus padres por motivo que algunos vienen de hogares desintegrado o en donde sus padres han migrado al extranjero en busca de una mejora en su estatus económico.

A causa de todo lo antes mencionado los estudiantes tratan de refugiarse en los vicios y confían en malas amistades lo que los lleva a tomar decisiones erróneas. Al estar inmersos en estos factores, muestran actitudes negativas como lo son desobediencia, rebeldía, depresión y el libertinaje. La población estudiantil del Colegio Católico San Francisco de Asís en su mayoría presenta una falta de concentración mental, y tiene un bajo rendimiento académico. Ellos no hacen un buen uso de la abundante gama de técnicas de estudio que existen para adquirir mejores conocimientos.

Los padres de familia han dejado a cargo de familiares y otras personas externas al hogar a sus hijos, causante de las bajas calificaciones porque estas personas a cargo no le dan un acompañamiento a los estudiantes en casa. Esto mismo causa que tengan una falta de la práctica de los valores morales dentro y fuera de la institución educativa.

## **4.5 Objetivos**

### 4.5.1 Objetivo general

Brindar un informe detallado de las capacitaciones realizadas a estudiantes del Colegio Católico San Francisco de Asís del municipio de Quezaltepeque, Departamento de Chiquimula.

### 4.5.2 Específicos

Capacitar a los estudiantes a cerca de como relajar la mente y el cuerpo para estudiar para que puedan poner en práctica los ejercicios mentales y corporales para tener su mente despejada y relajada al momento de estudiar o de prepararse para una evaluación.

Proporcionar el manual detallado con temas, ejemplos y fotos de las capacitaciones.

Brindar una capacitación a cerca de las diferentes técnicas de estudio que existen para facilitar la adquisición de conocimientos.

Promover en los estudiantes a través de las capacitaciones diferentes técnicas y ejercicios mentales motivándolos a aprender con estrategias diferentes y más divertidas que beneficien a su rendimiento académico.

## **4.6 Estrategia**

- Conversar con el director técnico administrativo del Colegio Católico San Francisco de Asís acerca de la situación que se está dando con sus estudiantes y proponerle brindar las capacitaciones a sus alumnos del ciclo básico.

- Conocer la problemática que más afecta a la institución por medio de una encuesta al director del establecimiento.
- Realizar ejemplos de los ejercicios de relajación mental durante la capacitación para que los estudiantes sepan cómo realizarlos.
- Brindar a los estudiantes un listado con los nombres de la amplia gama de técnicas de estudio existentes.

#### **4.7 Resultados esperados**

- Que los estudiantes puedan relajar su mente y su cuerpo a la hora de estudiar.
- Cuando haya estudiantes de nuevo ingreso los estudiantes que a recibieron la capacitación puedan brindarles la réplica.
- Que los estudiantes puedan utilizar las técnicas de estudio para mejorar su rendimiento académico en el futuro.
- Convencer a los estudiantes de que hay distintas formas de aprender y que su estado físico y emocional también repercuten en los resultados que obtienen en su avance académico.

#### **4.8 Actividades**

- Hacer ejercicios de relajación mental y corporal durante la capacitación.
- Brindar con claridad las capacitaciones, convirtiendo los temas en un aprendizaje significativo para los estudiantes.

- Observar a los estudiantes para comprobar que hubo cambios en sus actitudes dentro del salón de clases.
- Observar los resultados finales de la cuarta unidad de los estudiantes para ver si hubo un progreso

## 4.9 Cronograma de actividades

**Tabla 2**  
**Cronograma de actividades**

<b>Estrategia</b>	<b>Resultados esperados</b>	<b>Actividades</b>	<b>Fechas</b>
Conversar con el director del acerca de la situación que se está dando con sus estudiantes y proponerle brindar las capacitaciones a sus alumnos del ciclo básico.	Que los estudiantes puedan relajar su mente y su cuerpo a la hora de estudiar.	Hacer ejercicios de relajación mental y corporal durante la capacitación.	1º. de julio de 2019
Conocer la problemática que más afecta a la institución por medio de una encuesta al director del establecimiento.	Cuando haya estudiantes de nuevo ingreso los que recibieron la capacitación puedan brindarles la réplica.  Convencer a los estudiantes de que	Brindar con claridad las capacitaciones convirtiendo los temas en un aprendizaje significativo para los estudiantes.	14 de agosto del 2019

<p>Realizar ejemplos de los ejercicios de relajación mental durante la capacitación para que los estudiantes sepan cómo realizarlos.</p>	<p>hay distintas formas de aprender y que su estado físico y emocional también repercute en su avance académico.</p>	<p>Observar a los estudiantes para comprobar que hubo cambios en sus actitudes dentro del salón de clases.</p>	<p>13 de septiembre del 2019</p>
<p>Brindar a los estudiantes un listado con los nombres de la amplia gama de técnicas de estudio existentes.</p>	<p>Que los estudiantes puedan utilizar las técnicas de estudio para mejorar su rendimiento académico en el futuro</p>	<p>Observar los resultados finales de la cuarta unidad de los estudiantes para ver si hubo un progreso</p>	<p>18 de septiembre de 2019</p>

Fuente: propia

#### 4.10 Metodología

A un inicio de la Práctica Profesional Dirigida se hizo uso del conocimiento empírico y teórico en vista de que se tenía que poner en práctica la poca experiencia que ya se ha adquirido durante los dos años de la carrera.

Empírico significa referente a la experiencia. Se refiere al uso de los sentidos, tanto en la observación de los objetos y fenómenos como en la experimentación o manipulación física de ellos. Los sentidos y el aspecto físico de las cosas están en el primer plano de la atención. El conocimiento empírico es aquel tomado de la práctica, analizado y sistematizado por vía experimental mediante

la observación reiterada y la experimentación. El conocimiento teórico constituye el segundo nivel, donde, mediante los procesos lógicos del pensamiento, el hombre analiza, sintetiza, generaliza y extrae conclusiones según lo que observó. (Cerezal, 2005).

Así mismo, para llevar a cabo las actividades de la propuesta fue muy útil practicar el Método inductivo. Ya que este se basa en primero observar y después llevarlo al método deductivo para elaborar conclusiones y actuar con hechos para resolver la situación. Es un proceso utilizado para poder sacar conclusiones generales partiendo de hechos particulares.

El método inductivo La inducción es una forma de razonamiento en la que se pasa del conocimiento de casos particulares a un conocimiento más general, que refleja lo que hay de común en los fenómenos individuales. Su base es la repetición de hechos y fenómenos de la realidad, encontrando los rasgos comunes en un grupo definido, para llegar a conclusiones de los aspectos que lo caracterizan. Francis Bacon (1561-1626), citado por Dávila (2006).

Afirmaba que para obtener conocimiento es imprescindible observar la naturaleza, reunir datos particulares y hacer generalizaciones a partir de ellos. Según Bacon, las observaciones se hacían sobre fenómenos particulares de una clase y luego a partir de ellos se hacían inferencias de la clase entera. Este procedimiento es lo que hoy se denomina razonamiento inductivo, que habría de convertirse en el principio fundamental de todas las ciencias. El razonamiento inductivo y deductivo dentro del proceso investigativo en ciencias experimentales y sociales. (Dávila G., 2006).

#### **4.11 Implementación y sostenibilidad de la propuesta**

Al brindar las capacitaciones a estudiantes del Colegio Católico Privado Mixto San Francisco de Asís se quiere instar al Director Técnico Administrativo de la institución, el Licenciado Juan Luis Miguel Agosto a que observe un poco más detalladamente a sus alumnos y a realizar con continuidad los ejercicios de relajación mental y físico que van el manual pero a la misma vez que lleve a cabo otro tipo de actividades de iniciativa propia del colegio para que los estudiantes puedan salir de la rutina y distraerse como mínimo una vez al mes.

Se pretende que los docentes inculquen en sus alumnos la práctica de las técnicas de estudio en especial la que más favorezca a cada estudiante. Para que puedan mejorar su rendimiento académico y sus notas obtenidas en las evaluaciones. Las capacitaciones tuvieron una duración de dos días sin embargo solo es un empuje por seguir practicando lo aprendido en ellas durante lo que resta del año y los años próximos de estudio.

## **4.12 Recursos**

Descripción los recursos humanos y técnicos.

### 4.12.1 Humanos

- Asesora de la práctica: Licenciada Claudia Marlene Retana Osorio
- Practicante: PSE Marisol del Rosario Recinos Ventura
- Director: Licenciado Juan Luis Miguel Agosto
- Secretaria: Eva Margoth Ruiz
- Docentes: Licenciado Santiago David Coxaj Cruz  
PEM Robin Leonel López Rivera  
PEM Nexa Maibely Pérez Pérez.

Capacitadores: Licenciada en Pedagogía y Admón. Educativa Elvita Marleny Ramírez Vásquez  
J. Gerardo Sinay Naturista y Acupunturista

### 4.12.4 Materiales

Computadora

Proyector

Impresiones

Celular

Imágenes

Sobres

Internet

Mesas

### 4.13 Presupuesto

**Tabla 3**  
**Presupuesto**

<b>Descripción</b>	<b>Valor</b>
Alquiler de Proyector 2 veces	Q100.00
Impresión de encuestas.	Q.5.00
Impresión de listados de técnicas de estudio	Q.30.00
2 marcadores	Q.17.00
Impresiones de informe detallado.	Q.20.00
Encuadernado de Informe detallado	Q.20.00
Imágenes	Q20.00
Sobres	Q2.00
Internet o Wifi	Q.360.00
Gasolina	Q.50.00
Refacción de los capacitadores	Q.50.00
<b>Total</b>	<b>Q.670.00</b>

Fuente: propia



## **Capítulo 5**

### **Sistematización de la propuesta**

#### **5.1 Vivir la experiencia**

El proceso de la práctica profesional dirigida fue una experiencia muy agradable que se llevó a cabo en el Colegio Católico Privado Mixto San Francisco de Asís. Desde el primer momento en que se llevó con anticipación la carta de solicitud la alumna practicante fue recibida con mucha amabilidad de parte del Licenciado Juan Luis Miguel Agosto Director del establecimiento y secretaria Eva Margoth Ruiz.

El primer día el ambiente fue muy agradable ya que el director presentó a la alumna practicante y su claustro de docentes. Ellos fueron muy atentos en ofrecer su ayuda en lo que se pudiera. Se trabajó arduamente desde el inicio ya que la secretaria estaba recopilando, fotos, expedientes y papelería para completar un expediente con el que iban a solicitar la renovación quinquenal para el establecimiento.

Además de hacer la actividad antes mencionada la alumna practicante ayudó a redactar conocimientos, a llenar asistencia, a teclear información, circulares, a ordenar los libros, y a ayudar a la secretaria y el director en todo lo que ellos necesitaran.

La alumna practicante tuvo la oportunidad de ayudar a ordenar llenar las boletas de calificaciones de la tercera unidad en donde socializando con la secretaria y el director se pudo dar cuenta del bajo rendimiento académico de los estudiantes del establecimiento en mención y ella mencionó que tenían actitudes muy apáticas en cuestión al estudio. Por lo que la estudiante decidió conversar con los docentes para verificar y enriquecer la información ya obtenida. La cual fue confirmada y entonces se tomó la decisión de llegar hasta los salones de clases a observar algunas actitudes de los estudiantes.

Luego de hacer las respectivas observaciones e implementación de los instrumentos como por ejemplo la encuesta, se tomó la decisión de elaborar una propuesta que fue la de Capacitación dirigida a estudiantes del Colegio Católico San Francisco de Asís del municipio de Quezaltepeque Departamento de Chiquimula para lograr incentivar en ellos el interés en los ejercicios de relajación mental y técnicas de estudio para mejorar su rendimiento escolar. Con la finalidad de ayudar a los estudiantes a mejorar sus calificaciones.

Fue una experiencia muy grata que deja mucho aprendizaje, ya que en el lapso en el que se cubren 200 horas se trata de poner en práctica todo lo que los docentes de Universidad Panamericana nos han enseñado durante el proceso de la carrera. Y así mismo se adquiere conocimientos nuevos que el director, la secretaria y los docentes brindan. Es muy agradable ver que las personas anteriormente mencionadas no sean egoístas con los conocimientos que ya poseen, porque los comparten con los alumnos practicantes.

Es de vital importancia que en toda carrera se lleve a cabo una Práctica Profesional ya que es en ese momento en el que se da cuenta que no es lo mismo estudiarlo que afrontarlo y ponerlo en práctica.

## **5.2 Objeto de la sistematización de la propuesta**

La razón de ser de la propuesta es ayudar al director del establecimiento y a los docentes a ver mejores resultados en sus estudiantes al final de la unidad. En vista de que los estudiantes tenían bajas calificaciones y no mostraban interés en mejorar sus notas.

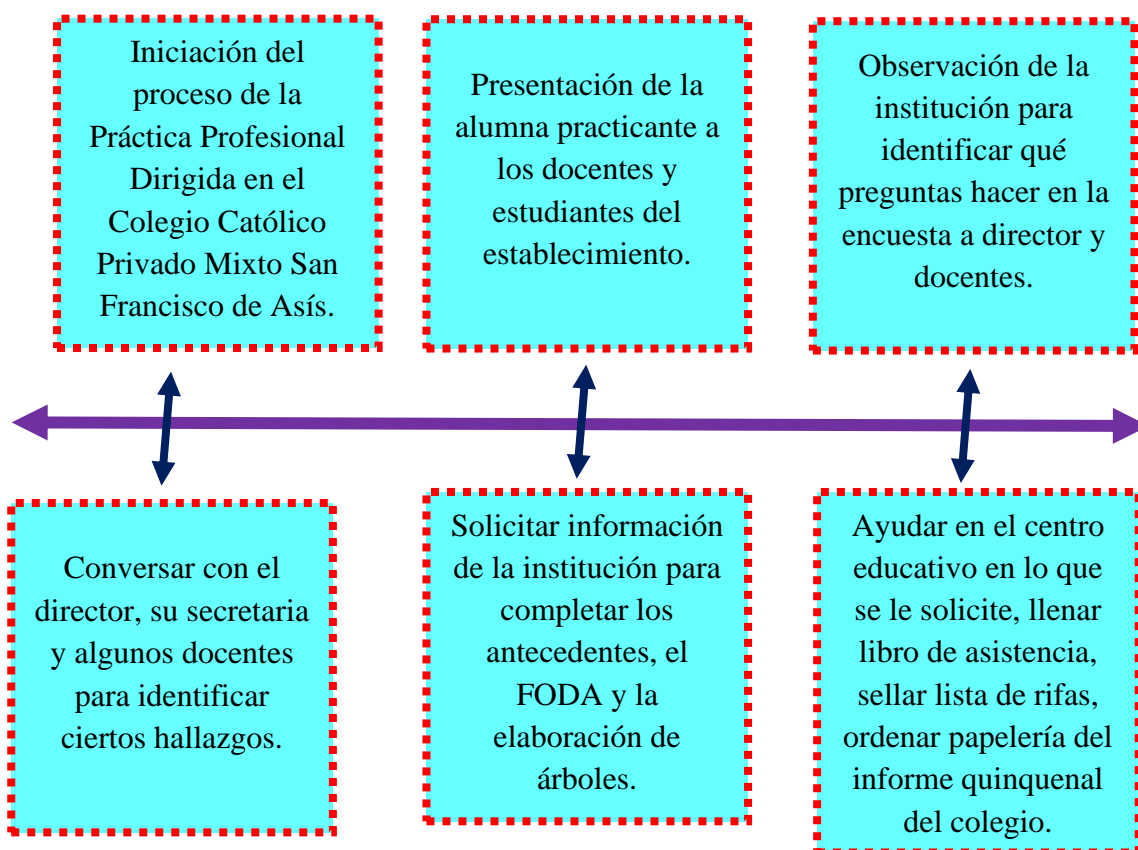
Se llevaron a cabo diversas actividades, iniciando desde la observación luego investigación, hasta llegar a la práctica. Durante la observación y la investigación se pudo comprender que la causa de todos los malestares, actitudes negativas que muestran los estudiantes es a causa de que quieren llamar la atención de sus padres y a causa de que no usan las técnicas adecuadas para mejorar su rendimiento escolar.

Se llevaron a cabo distintas actividades como: Enseñar a los estudiantes a hacer ejercicios de relajación mental y corporal, brindar las capacitaciones con claridad, observar a los estudiantes después del proceso de capacitación para observar su progreso, y observar los resultados obtenidos por los estudiantes.

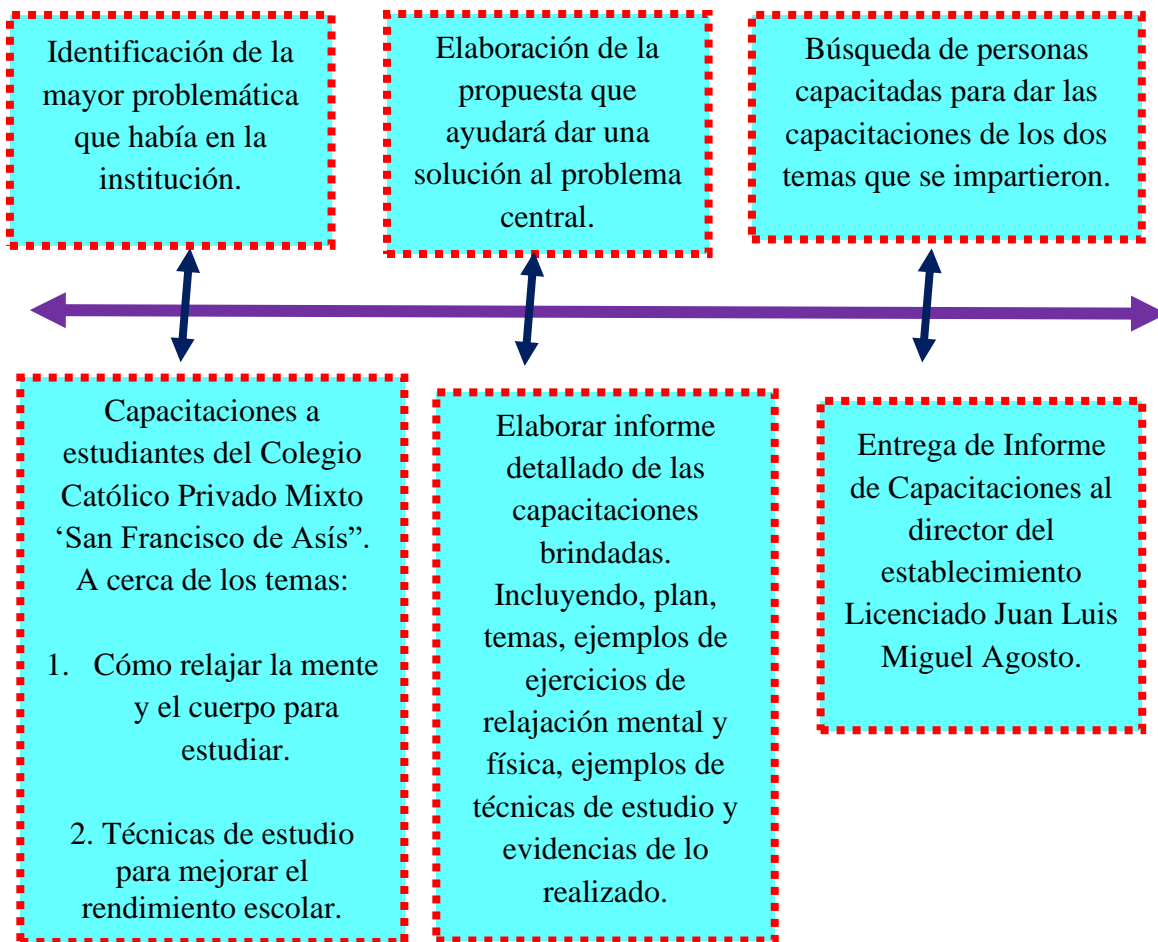
En los resultados obtenidos se logró que cada estudiante pudiera aprender ejercicios mentales y a identificar cuál es la técnica de estudio adecuada para su personalidad y su forma de aprender. También el director pudo ver el buen resultado en las calificaciones de sus estudiantes.

### 5.3 Reconstrucción histórica

03 de junio de 2019 al 19 de agosto de 2019



20 de agosto de 2019 al 26 de septiembre de 2019

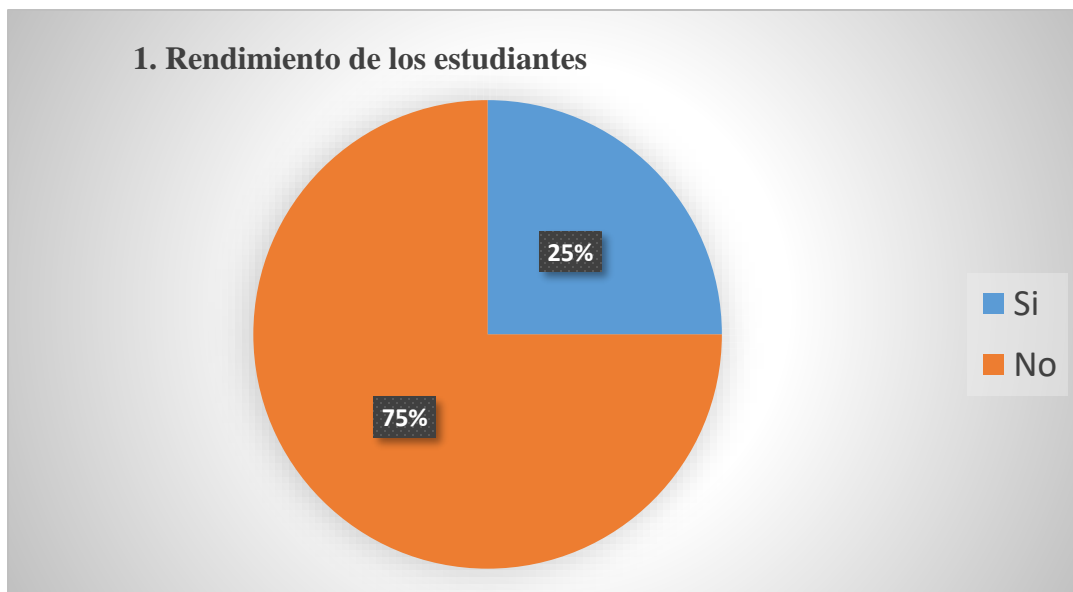


#### 5.4 Ordenamiento de la Información

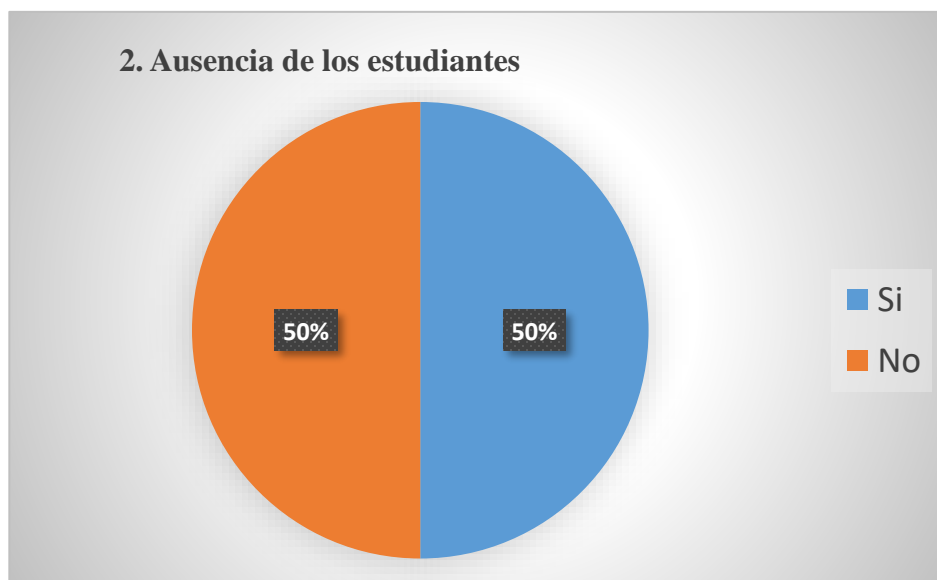
- Comienzo del Curso de Práctica docente
- Análisis del manual para realizar el informe de la Práctica Profesional Dirigida
- Pensar y seleccionar un establecimiento en donde llevar a cabo el proceso.

- Llevar Solicitud al establecimiento.
- Presentación de la alumna practicante en el Colegio Católico Privado Mixto San Francisco de Asís.
- Observación de los hallazgos que enfrenta la institución.
- Recopilación de datos de la institución para completar el capítulo 1 del informe.
- Identificar la problemática para realzar el capítulo 2.
- Investigación con autores para fundamentar el informe en el capítulo 3.
- Elaborar la propuesta para resolver la problemática en la institución.
- Capacitaciones a estudiantes del establecimiento en mención.
- Elaboración del Informe detallado de las capacitaciones brindadas a estudiantes del Colegio Católico Privado Mixto San Francisco de Asís.
- Realizar el capítulo 4 de la propuesta.
- Entrega del informe detallado de las capacitaciones al Licenciado Juan Luis Miguel Agosto director del Colegio Católico Privado Mixto San Francisco de Asís
- Completar el capítulo 5 y el resto del informe de la Práctica Profesional Dirigida.

## 5.5 Análisis e Interpretación de la propuesta

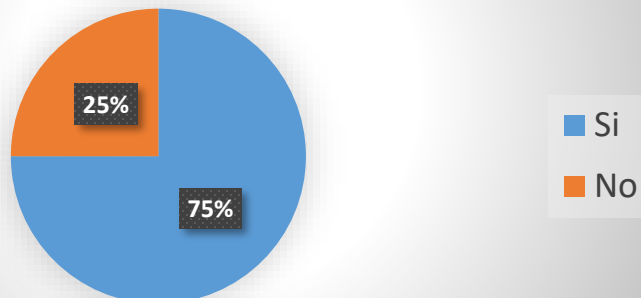


Análisis: El director y los docentes respondieron que no, porque la mayoría de la población estudiantil mantiene bajas calificaciones al final de cada unidad.



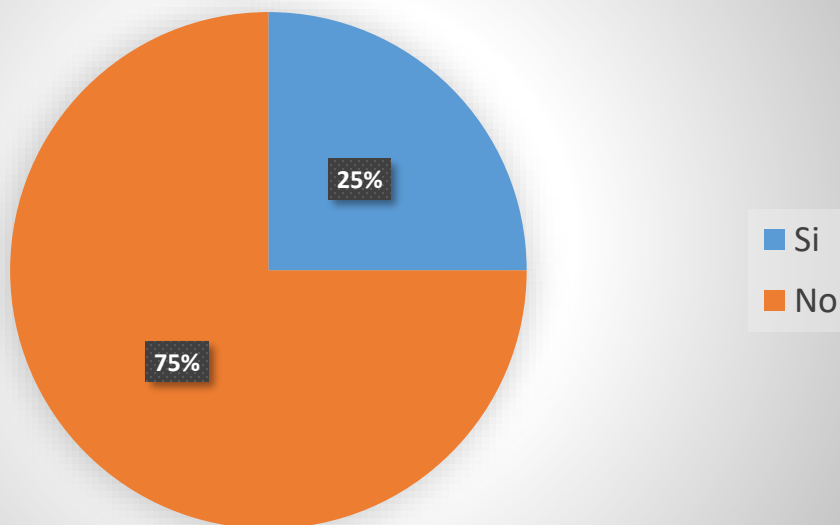
Análisis: Según los registros de asistencia, los estudiantes faltan a clases muy seguido durante la unidad, y no le ponen interés al punteo que tienen asignado por asistencia.

**3. Causa del bajo rendimiento tiene que ver con los problemas del hogar o las malas influencias de amistades o adicciones**



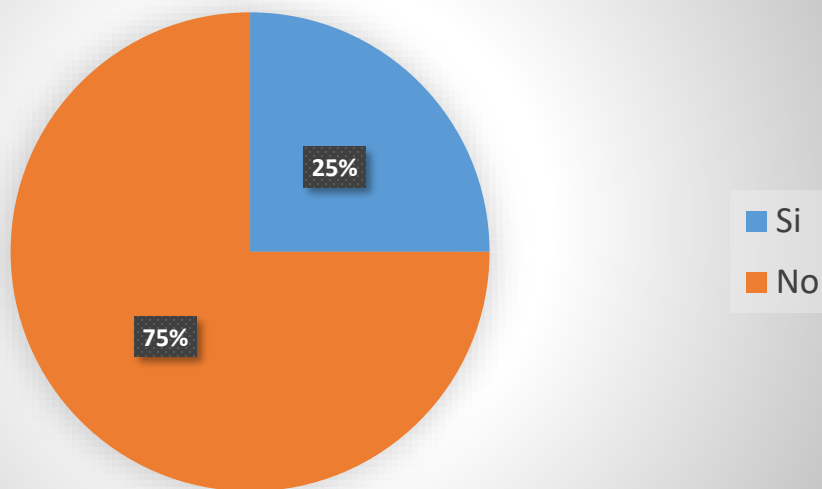
Análisis: Los docentes y el director manifestaban que durante el ciclo escolar han tenido la oportunidad de conversar con los estudiantes y han descubierto que existen muchos problemas en la mayoría de los hogares, y que entonces los jóvenes toman la decisión de refugiarse en sus amigos.

**4. Práctica los valores morales**



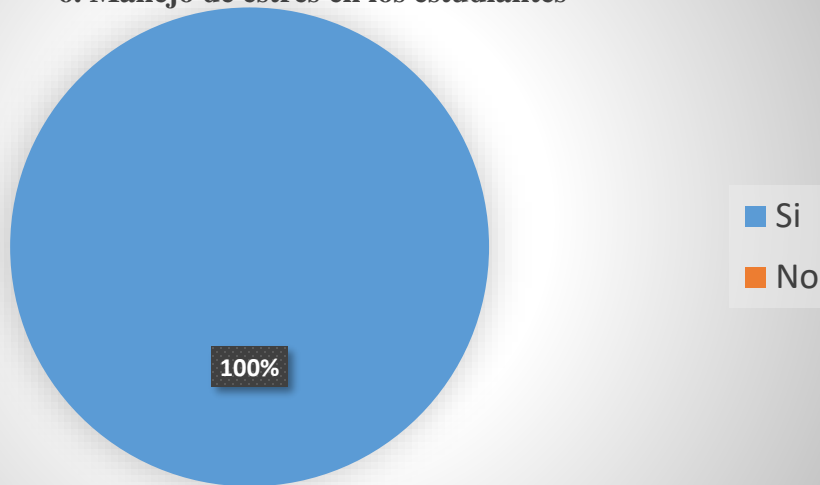
Análisis: Se observó que los estudiantes muestran actitudes negativas y muchas faltas de respeto a sus docentes en el salón de clases.

### 5. Hogares de los estudiantes supervisados por padre y madre



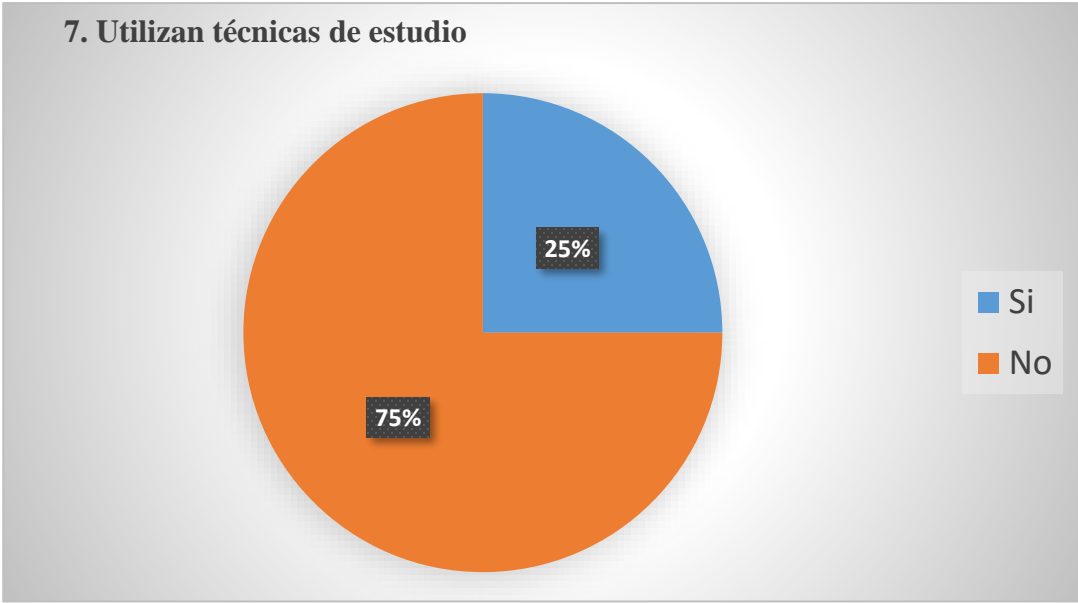
Análisis: Según el libro de inscripciones la mayoría de los estudiantes tiene como referencia a encargados, tíos abuelos y quizá un 25 % a sus padres.

### 6. Manejo de estrés en los estudiantes

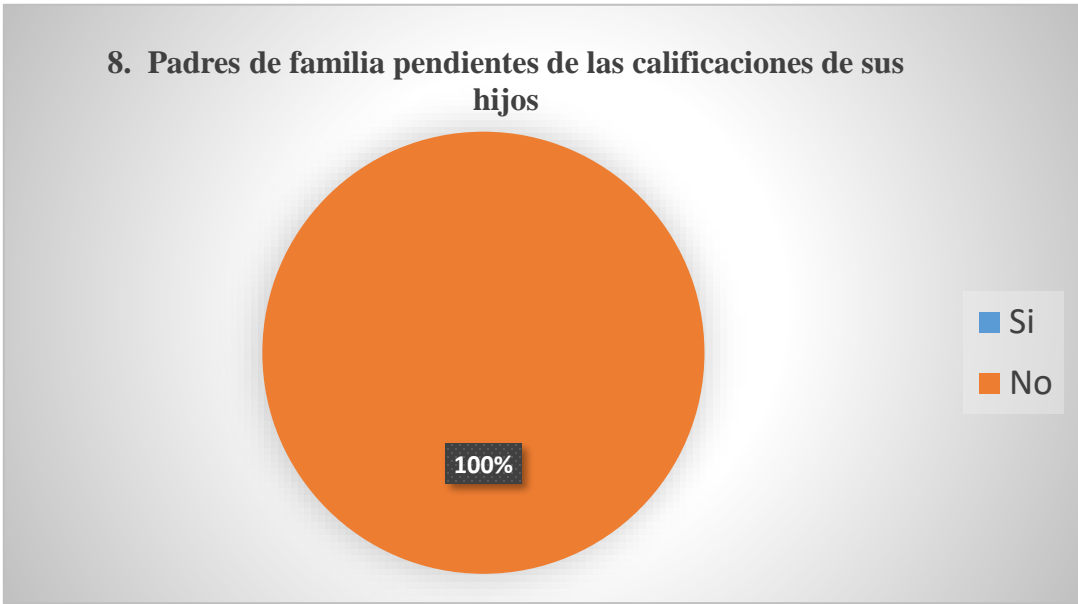


Análisis: El director y sus docentes comentaron que los estudiantes se mantienen alterados, bajo mucho estrés, lo que no permite que se concentren en clase.





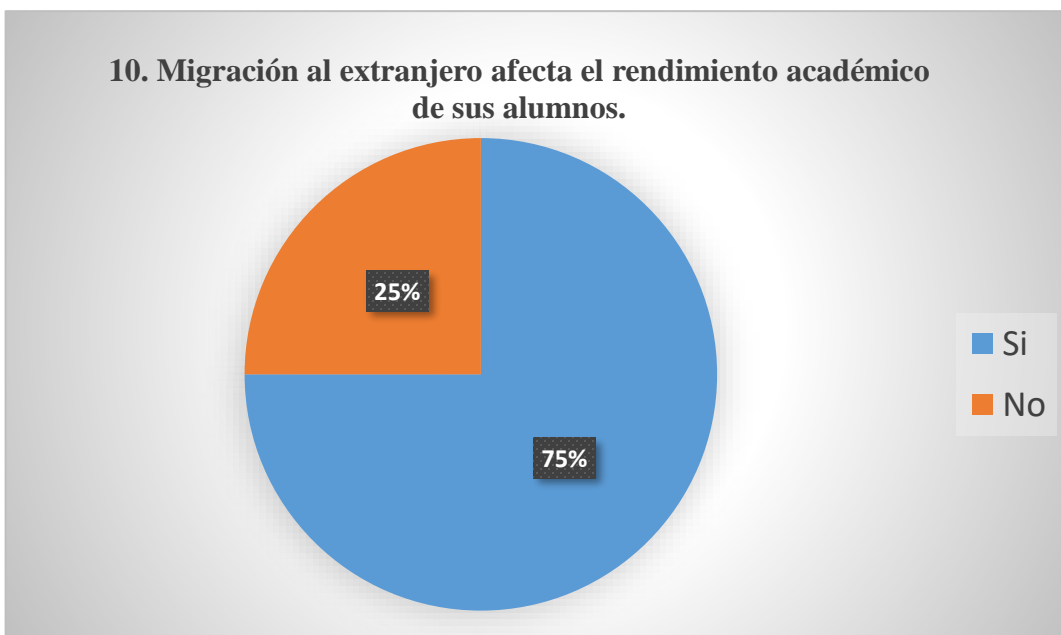
Análisis: Los docentes y director manifiestan que les han brindado información acerca de las técnicas, pero los alumnos no las utilizan.



Análisis: Según los informantes, en las reuniones de padres de familia nunca han tenido la presencia de más del 25 % de asistencia. Lo que da a entender que no están interesados o al pendiente de las calificaciones de sus hijos.



Análisis: Según la información obtenida los alumnos no saben manejar sus emociones, y acarrear los problemas de su casa al establecimiento.



Análisis: De las personas encuestadas, el 75% cree que, si la migración de los padres al extranjero ha afectado a los estudiantes en la forma en la que rinden académicamente, y el 25 % dijo que no porque cree que es por apatía.

## **5.6 Elaboración de conclusiones**

- Los establecimientos muy a menudo se enfrentan a problemáticas con los estudiantes, pero no siempre se esfuerzan por buscarle una solución o gestionar ayuda.
- La presencia y el acompañamiento de los padres de familia es muy importante para que los estudiantes se esfuercen por tener un buen rendimiento académico. Ya que cuando están ausentes se nota que repercute en las calificaciones de los estudiantes.
- Es de vital importancia que los estudiantes se alimenten bien y que tengan su mente y su cuerpo relajado para poder prestar la atención debida en las clases y lograr un aprendizaje significativo.
- Los docentes deben de insistir para que los estudiantes hagan uso de las técnicas de estudio para mejorar las calificaciones que obtiene en las evaluaciones durante y al final de cada unidad.

## **5.7 Lecciones aprendidas**

El proceso de la práctica profesional dirigida es de mucho beneficio para el o la alumna practicante, ya que adquiere mucho conocimiento y experiencia.

- La principal lección aprendida es que cuando se es administrador hay que estar pendiente de toda la comunidad educativa que forma la institución a nuestro cargo. Ya que el director debe de estar informado acerca de quiénes son los padres de familia, el trabajo que está realizando su claustro, las necesidades de sus estudiantes y gestionar para ayudarle a los estudiantes en los que necesiten, sea una capacitación, un consejo o algún material para poder brindar una educación de calidad.

- Los establecimientos educativos tienen la necesidad de contratar o gestionar un psicólogo para que cuando los estudiantes presenten un problema o la falta de atención de un padre de familia, ya que algunas veces surgen problemas, pero el director y los docentes no siempre saben resolver dichas situaciones.
- Llama la atención el ver la responsabilidad que tiene el docente al momento de con lleva el conocer qué tipo de aprendizaje favorece más al estudiante porque cuando no se tiene claro sucede que afecta al aprendizaje porque se trata de aprender, pero no se logra, o se vuelve difícil y tedioso para los alumnos.
- La educación no es solamente ir a clases, anotar, memorizar. La educación debe de ser completa, desde el hogar los valores, el acompañamiento de los padres de familia, la supervisión del director hacia sus docentes, y el esfuerzo de los docentes en querer brindar lo mejor de sí, en querer compartir sus conocimientos y en ser no solo docente, sino que también padre, madre, consejero, doctor, y amigo en el momento que lo requieran los estudiantes.
- La propuesta tuvo un impacto muy positivo ya que los docentes comentaron que al final de la unidad los estudiantes mejoraron su actitud en el salón de clases y el director expresó su gratitud al ver los resultados mejorados en las calificaciones de la última unidad del año.

## Conclusiones

La Práctica Profesional Dirigida se comprende de muchas etapas que ayudan al estudiante a cerrar el último año de la carrera con conocimientos adquiridos por medio de la práctica, se adquieren experiencias nuevas que ayudaran en un futuro cuando se tenga a cargo una institución a tomar lo positivo como ejemplo y lo negativo observado que servirá para no cometer los mismos errores.

Dentro de las 200 horas de la práctica se hacen distintas actividades que benefician el aprendizaje del alumno practicante ya que dentro de la dirección técnico-administrativa de un establecimiento se puede observar que es una gran responsabilidad.

En la sistematización de la Práctica Profesional Dirigida se elaboró un informe que está conformado por 5 capítulos que ayuda al estudiante a organizar la información en: Antecedentes de la institución, a detectar problemáticas, a citar con autores, a elaborar una propuesta para ayudar a solucionar la problemática a redactar las conclusiones a recopilar todo lo que aprendió durante el proceso.

En el transcurso que conlleva la Práctica Profesional Dirigida que está comprendido en 200 horas se identificó una problemática que afecta al Colegio, por lo cual se elaboró una propuesta llamada: Informe de Capacitación dirigida a estudiantes del Colegio Católico San Francisco de Asís del municipio de Quezaltepeque Departamento de Chiquimula para lograr incentivar en ellos el interés en los ejercicios de relajación mental y técnicas de estudio para mejorar su rendimiento escolar. La cual fue realizada para resolver la problemática.

La Universidad Panamericana se preocupa por brindar a sus estudiantes la herramienta para poder realizar la sistematización de la Práctica Professional Dirigida.

## Referencias

Cerezal, J. y Fiallo, J. (2005). *Cómo investigar en pedagogía*. La Habana: Pueblo y Educación.

Dávila Newman, G. (2006). *El razonamiento inductivo y deductivo dentro del proceso investigativo en ciencias experimentales y sociales*. Laurus.

Fidias G. Arias (2012). *El Proyecto de Investigación*. Venezuela, Editorial Episteme

Martínez. (2000) *Alimentos: composición y propiedades*, McGraw-Hill España, ProQuest Ebook Central, disponible en <http://ebookcentral.proquest.com/lib/biblioupanasp/detail.action?docID=3195153>

Martínez M (2013) *Ciencia y Arte en la Metodología Cualitativa*, 2º Edición Editorial Trillas México

Montes, Zoraida G. de, and G., Laura Montes. (2019). *Cerebro, inteligencias y mapas mentales*, Marge Books, ProQuest Ebook Central, disponible en: <http://ebookcentral.proquest.com/lib/biblioupanasp/detail.action?docID=5758825>

Peña, Fernández, María Elena (2009). *Conducta antisocial en adolescentes: factores de riesgo y de protección*, Universidad Complutense de Madrid, ProQuest Ebook Central, disponible: <http://ebookcentral.proquest.com/lib/biblioupanasp/detail.action?docID=3193218>.

Roger M. Tarpay (2009). *Principios Básicos del Aprendizaje. Tipos de aprendizaje Según la teoría del aprendizaje de Gagné*. ProQuest Ebook Central, Disponible en : <http://ebookcentral.proquest.com/lib/biblioupanasp/detail.action?docID=3182914>

## Apéndice

Informe de Capacitación dirigida a estudiantes del Colegio Católico San Francisco de Asís del municipio de Quezaltepeque Departamento de Chiquimula para lograr incentivar en ellos el interés en los ejercicios de relajación mental y técnicas de estudio para mejorar su rendimiento escolar

**UNIVERSIDAD PANAMERICANA**  
**Facultad de Ciencias de la Educación**  
**Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa**



**Informe de Capacitación dirigida a estudiantes del Colegio Católico  
"San Francisco de Asís" del municipio de Quezaltepeque  
Departamento de Chiquimula para lograr incentivar en ellos el  
interés en los ejercicios de relajación mental y técnicas de estudio  
para mejorar su rendimiento escolar.**

**Práctica Profesional Dirigida**

**Marisol del Rosario Recinos Ventura**



## Contenido

Descripción	Página
Separador: <b>Cómo relajar la mente y el cuerpo Para estudiar</b>	1
Plan detallado de la capacitación: Como Relajar La Mente Y el Cuerpo para Estudiar	2
Presentación de capacitador.	3
Objetivos	4
Metas	5
Tema y subtemas	6-8
Separador: <b>Técnicas de estudio para mejorar el Rendimiento escolar.</b>	9
Plan detallado de la capacitación: Técnicas de Estudio Para Mejorar el Rendimiento Escolar.	10
Presentación de Capacitadora.	11
Objetivos	12
Metas	13
Tema y subtemas	14-17
Referencias Bibliográficas	18

# Capacitación No.1

**Como Relajar La Mente Y el  
Cuerpo para Estudiar**

**J. GERARDO SINAY  
Naturista y Acupunturista**



**1**

## Plan para Capacitación: Como Relajar la Mente y el Cuerpo para Estudiar:

Capacitador: J. Gerardo Sinay Naturista y Acupunturista

Para estudiantes de: Colegio Católico Privado Mixto " San Francisco de Asís"

Fecha: 13 de septiembre

Hora: 2pm

CONTENIDOS	ACTIVIDADES	RECURSOS
Presentación de capacitador.	A cargo de la alumna Practicante.	Proyector
Cuerpo y su división	Explicación de las partes del cuerpo, para qué sirven y como se ven afectadas por nuestro estado de ánimo.	Computadora
Tipos de alimento	Conocimientos previos y explicación de cómo los alimentos ayudan o afectan aprendizaje según el tipo y cantidad.	Pizarra
LA MENTE	Explicación de qué es la mente y como se puede controlar para obtener una mejor concentración en el aprendizaje.	Sillas
Ejercicios para concentración mental.	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 1 puño mano</li> <li>• Equis nariz oreja</li> <li>• Cabeza vientre</li> <li>• Dos manís</li> </ul>	
Gimnasia cerebral Palabras de colores	Observar una imagen y leer el color de letras con el que está escrito, no el color que allí dice.	
Los espacios de estudio adecuados.	Sugerir distintos espacios que pueden relajar el cuerpo para obtener una mejor concentración y por lo tanto un mejor aprendizaje.	

## Presentación de capacitador.



3

## Objetivos

Que los estudiantes aprendan a saber controlar y relajar tanto su mente como su cuerpo para mejorar su forma de estudiar y aprender.



Enfatizar que la alimentación repercute mucho en el estado de animo de la mente y el cuerpo.



## Metas

**A corto Plazo:** Que los estudiantes de ciclo básico aprendan ejercicios para relajar su mente y cuerpo, y así poder estudiar de una manera más efectiva.



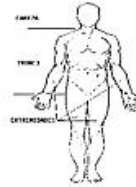
**A mediano Plazo:** Hacer reflexionar a los estudiantes que la mente tiene poder y que debemos de alimentarla de pensamientos positivos. Además que todo lo que nos proponemos lo podemos lograr.

**A largo Plazo:** Lograr sembrar un nuevo conocimiento en la mente y corazones de los estudiantes para que en el ciclo escolar 2020 puedan poner en práctica lo que aprendieron del tema.

## Tema y subtemas

### Cuerpo y su división

1. Cabeza, tronco y extremidades
2. Cabeza, tórax y estomago
3. Cabeza                   Mente
4. Tórax                    Sentimientos
5. Estomago               Fuerza física.



### Típos de alimento

- Mente           (cabeza)    ideas
- Sentimientos (tórax)    emociones
- Fuerza física   (estómago) comida

Una dieta saludable ayuda a protegernos de la malnutrición en todas sus formas, así como de las enfermedades no transmisibles. Pero así mismo ayuda a facilitar el aprendizaje y la retención de conocimientos.



## La Mente

La mente es el conjunto de capacidades cognitivas que engloban procesos como la percepción, el pensamiento, la conciencia, la memoria, imaginación, etc., algunas de las cuales son características del humano y otras son compartidas con otras formas de vida. La mente, este conjunto de procesos, debe ser diferenciado del estado mental, tal como el deseo, la sensación de dolor o las creencias, que son instancias, tipos o ejemplos de dichos procesos.



### Ejercicios para concentración mental.

#### 1 puño mano



#### Equis nariz oreja



#### Cabeza vientre



#### Dos manís





## Gimnasia cerebral



## Palabras de colores

AMARILLO AZUL NARANJA  
NEGRO ROJO VERDE  
PURPURA AMARILLO ROJO  
NARANJA VERDE NEGRO  
AZUL ROJO PURPURA  
VERDE AZUL NARANJA



## Los espacios de estudio adecuados.

### 1 – Debe tener buena iluminación

Si tienes la posibilidad de dejar entrar algo de luz natural, pon tu escritorio debajo de la ventana o fuente de luz natural para aprovecharla al máximo.

### 2 – Debe tener buena ventilación

Si bien no es aconsejable poner el escritorio cerca de una ventana que dé al espacio exterior si eres de los que se distrae fácil, es importante que el sitio de estudio tenga ventilación.

### 3 – Ten una silla y un escritorio adecuado

Si vas a estar horas sentado en una silla, ésta debe ser cómoda y ergonómica para prevenir los dolores de espalda y los problemas de columna.

### 4 – Aleja todas las distracciones

Un lugar de estudios óptimo debe estar alejado de todo aquello que pueda distraerte, desde el ruido exterior a la televisión o la navegación en internet para cuestiones que no tengan que ver con lo que estás aprendiendo.



## Capacitación No.2

TÉCNICAS DE ESTUDIO PARA MEJORAR  
EL RENDIMIENTO ESCOLAR

LICDA. MARLENY RAMÍREZ



9

## Plan para Capacitación: TÉCNICAS DE ESTUDIO PARA MEJORAR EL RENDIMIENTO ESCOLAR

Capacitador: Licenciada en Pedagogía y Admón. Educativa Elvita Marleny Ramírez Vásquez

Para estudiantes de: Colegio Católico Privado Mixto " San Francisco de Asís "

Fecha: 18 de septiembre

Hora: 2pm

CONTENIDOS	ACTIVIDADES	RECURSOS
Preguntas para reflexionar:	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ¿Qué es estudiar?</li> <li>2. ¿Por qué les gusta estudiar?</li> <li>3. ¿Tienen un espacio adecuado en casa para estudiar?</li> </ol>	Proyector
¿Qué son las técnicas de estudio?	Introducción al tema de que son las técnicas de estudio.	Computadora
Finalidad de las Técnicas de Estudio.	Explicación de la finalidad de las técnicas de estudio.	Imágenes impresas.
Algunas técnicas de estudio.	Hacer mención de un listado de distintas técnicas de estudio.	Pizarrón
Las 4 técnicas más viables.	Explicar y ejemplificar las 4 técnicas más efectivas para estudiar. Juego: Formar una fábula con imágenes.	Marcador
Cómo tomar notas.	Explicar el método adecuado para tomar notas.	

## Presentación de capacitadora.



11

## Objetivos

Demostrarles a los estudiantes que si existen muchas técnicas de estudio que pueden utilizar para mejorar su rendimiento académico.



Instar a los estudiantes a explorar diversas técnicas de estudio hasta encontrar la o las que le favorezcan a la hora de estudiar.



## Metas

**A corto Plazo:** Que los estudiantes de ciclo básico aprendan nuevas técnicas de estudio que le serán de beneficio para toda su carrera académica.

### A mediano Plazo:

Convencer a los estudiantes de que es mucho mejor tener en mente utilizar una técnica para estudiar ya que es un método más efectivo.



**A largo Plazo:** Instar a los estudiantes a implementar las técnicas de estudio que crea que le sean convenientes para el próximo año de estudios y así poder obtener mejores resultados en su rendimiento académico

## Tema y subtemas

### Preguntas para reflexionar:

1. ¿Qué es estudiar?
2. ¿Por qué les gusta estudiar?
3. ¿Tienen un espacio adecuado en Casa para estudiar?



### ¿Qué son las técnicas de estudio?



Son un conjunto de herramientas cognitivas que facilitan el proceso de aprendizaje.

- Cada persona tiene que aprender a aprender con su propio ritmo y método.
- Existen diferentes técnicas, que al ponerse en práctica, facilitan y ayudan a mejorar el estudio.

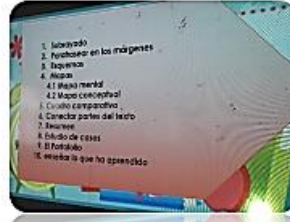
### Finalidad de las Técnicas de Estudio.

Brindar al estudiante técnicas básicas que le sirvan de ayuda a la hora de estudiar y de presentar sus trabajos, con el objetivo de mejorar su rendimiento académico. Permitir que el estudiante evalúe sus actuales técnicas de estudio y presentarle nuevas estrategias, que le sean útiles a la hora de estudiar.



## Algunas técnicas de estudio.

1. Subrayado
2. Parfrasear en los márgenes
3. Esquemas
4. Mapas
  - 4.1 Mapa mental
  - 4.2 Mapa conceptual
5. Cuadro comparativo
6. Conectar partes del texto
7. Resumen
8. Estudio de casos
9. El Portafolio
10. enseñar lo que ha aprendido
11. Dibujos
12. Hablar en voz alta en lugar de hablar en silencio
13. Tomar Apuntes
  - 13.1 Método Cornell
  - 13.2 Método de la página dividida
  - 13.3. las Supernotas
  - 13.4. Símbolos y Abreviaturas
- Etc.





## Las 4 técnicas más viables.

**Subrayar**

- Destacar las frases o palabras claves de un texto, subrayándolo. Es esencial para la construcción de esquemas y resúmenes. Desarrolla la capacidad de análisis y síntesis. Buscar la idea principal. Se puede utilizar diferentes colores.




**Mapas Mentales**

- Es la mejor manera de resumir y organizar nuestras ideas

**Casos Prácticos**

- Realizar ejercicios prácticos puede ayudarnos a visualizar la teoría y asimilarnos los conocimientos de manera más sencilla, especialmente en Matemáticas, Física, etc.



**MAPA CONCEPTUAL**

- Es una representación en forma de diagrama cierta cantidad de información, permite presentar una información de varias formas.
- Puede ser en forma de araña.
- línea o secuencial
- Jerárquica

**Juego: Formar una fábula con imágenes.**



**Cómo tomar notas: Método de las 5R**

Registrar  
Resumir  
Recitar  
Reflexionar  
Revisar



Ideas	Notas de clase
<ul style="list-style-type: none"><li>• Preguntas sobre el texto</li><li>• Puntos e ideas importantes</li><li>• Diagramas simples</li></ul>	<p>Aquí se toma nota de todo lo que se dice durante la clase. Puede incluir:</p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Transcripciones del pizarrón</li><li>• Diagramas</li><li>• Listas</li><li>• Apuntes de todo tipo</li></ul>
CUANDO después de clase	CUANDO durante la clase
<b>Resumen</b> CUANDO durante un repaso	Un breve resumen del texto escrito arriba, útil como referencia rápida

## Referencias Bibliográficas.

Hooper L, Abdel Hamid A, (2015) Bunn D, Brown T, Summerbell CD, Skeaff CM. Effects of total fat intake on body weight. Cochrane Database Syst Rev.

Díaz, José Luis (2004). *El problema mente-cuerpo: fundamento teórico de la psicobiología*. México, D.F.: Manual Moderno.

Illueca, Luis. (1973) Como enseñar a Estudiar: Editorial Magisterio Español S.A. Madrid 197, pág. 15.

Maddox, Harry: (1973) Cómo Estudiar. OIKOS-TAU, S.A. Ediciones, Barcelona España, pp. 37 Y 41.

## Anexos

# Anexo 1 Cartas de autoridades



UNIVERSIDAD PANAMERICANA  
Facultad Ciencias de la Educación  
Sede Chiquimula

Quezaltepeque, 22 de mayo de 2,019

Lic. Juan Luis Miguel Agosto  
Colegio Católico Privado Mixto "San Francisco de Asís"  
Colonia Santa Filomena, Quezaltepeque, Chiquimula

**Respectable Señor Director:**

En calidad de Asesora de Práctica Administrativa de la Carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa de la Universidad Panamericana, Facultad de Ciencias de la Educación, sede Chiquimula, me permito presentarle a la estudiante Marisol del Rosario Recinos Ventura, quien se identifica con su carné No. 201503101, con el objetivo de SOLICITARLE; le permita realizar su práctica Profesional Administrativa.

El Proceso de Práctica Administrativa inicia el 03 de junio de 2019 cumpliendo la estudiante con 200 horas. La estudiante deberá de interactuar con usted y docentes, con el objetivo de contribuir al proceso educativo de los alumnos que estudian en tan importante centro de estudio, además agradecemos evaluar el trabajo que la estudiante realice durante el trabajo de investigación, permitir la supervisión eventual por la asesora respectiva y el Coordinador Técnico Administrativo de la UPANA.

Agradeciendo su atención y colaboración, es un gusto suscribirnos en nombre de la Universidad Panamericana.

  
PSE. Marisol del Rosario Recinos Ventura  
Estudiante Practicante

  
Licda. Claudia Marlene Retana Osorio  
Asesora de Practica

  
Vo.Bo. Lic. Axel René Sosa V.  
Coordinador UPANA sede Chiquimula



Recibido  
22/05/19  


## Anexo 2 Ficha informativa del estudiante



**Universidad Panamericana**  
Facultad de Ciencias de la Educación  
Sede Chiquimula



### Ficha informativa

#### 1. Datos personales

- a) Nombre completo del estudiante practicante: Marisol del Rosario Recinos Ventura
- b) Carné: 000037548
- c) Fecha de nacimiento: 31 de Diciembre de 1994
- d) Dirección: Colonia La Ceiba, Quezaltepeque, Chiquimula
- e) Números de teléfono Móvil: 32618724
- f) Dirección electrónica: marisolrec12@gmail.com

#### 2. Datos Del Centro Educativo en donde realizó la Práctica Administrativa.

- a) Nombre de la Institución Educativa: Colegio Católico Privado Mixto "San Francisco de Asís"
- b) Nombre del jefe inmediato: Lic. Juan Luis Miguel Agosto
- c) Dirección: Colonia Santa Filomena Quezaltepeque, Chiquimula
- d) Números de teléfonos : 79440487
- e) Dirección electrónica: catolicosanfrancicodeasis@gmail.com

#### 3. Datos de la práctica.

- a) Período del 3 de junio al 20 de septiembre de 2019

#### 4. Nombre del jefe inmediato y /o supervisor

- a) Por la Institución Educativa. Nombre y firma:

Lic. Juan Luis Miguel Agosto



- b) Por la Universidad Panamericana.

Licda. Claudia Marlene Retana Osorio

*Claudia Retana Osorio*  
LICDA. EN PEDAGOGÍA Y  
ADMN. EDUCATIVA  
COL. No. 17897

Anexo 3 Constancia indicando que se realizaron las 200 horas de práctica



UNIVERSIDAD PANAMERICANA  
Facultad de Ciencias de la Educación  
Sede Chiquimula

Control de Asistencia de Práctica Administrativa

Nombre de la Institución: Colegio Católico Privado Mixto "San Francisco de Asís"  
Nombre del Supervisor directo: Lic. Juan Luis Miguel Agono  
Alumna Practicante: PSE. Mariel del Rosario Escobar Ventura

Fecha	Hora de Entrada	Total de Horas en el día.	Firma	Sello
03/06/2019	13:00pm	5		
04/06/2019	13:00pm	5		
05/06/2019	13:00pm	5		
06/06/2019	13:00pm	5		
07/06/2019	13:00pm	5		
10/06/2019	13:00pm	4		



UNIVERSIDAD PANAMERICANA  
Facultad de Ciencias de la Educación  
Sede Chiquimula

**Control de Asistencia de Práctica Administrativa**

Nombre de la Institución: Colegio Católico Privado Mixto "San Francisco de Asís"  
Nombre del Supervisor directo: Lic. Juan Luis Miguel Agosto  
Alumna Practicante: PSE. Marisol del Rosario Recinos Ventura

Fecha	Hora de Entrada	Total de Horas en el día.	Firma	Sello
11/06/2019	13:00pm	3		
12/06/2019	13:00pm	5		
13/06/2019	13:00pm	4		
17/06/2019	14:00pm	3		
18/06/2019	13:00pm	3		
19/06/2019	13:00pm	5		



UNIVERSIDAD PANAMERICANA  
Facultad de Ciencias de la Educación  
Sede Chiquimula

**Control de Asistencia de Práctica Administrativa**

Nombre de la Institución: Colegio Católico Privado Mixto "San Francisco de Asís"  
Nombre del Supervisor directo: Lic. Juan Luis Miguel Agosto  
Alumna Practicante: PSE. Marisol del Rosario Recinos Ventura

Fecha	Hora de Entrada	Total de Horas en el día.	Firma	Sello
20/06/2019	13:00pm	4		
21/06/2019	13:00pm	5		
02/07/2019	13:00pm	3		
04/07/2019	15:00pm	3		
05/07/2019	13:00pm	5		
08/07/2019	14:00pm	4		





**UNIVERSIDAD PANAMERICANA**  
Facultad de Ciencias de la Educación  
Sede Chiquimula

**Control de Asistencia de Práctica Administrativa**

Nombre de la Institución: Colegio Católico Privado Mixto "San Francisco de Asís"  
Nombre del Supervisor directo: Lic. Juan Luis Miguel Agosto  
Alumna Practicante: PSE. Marisol del Rosario Recinos Ventura

Fecha	Hora de Entrada	Total de Horas en el día.	Firma	Sello
09/07/2019	14:00	4		
10/07/2019	13:00	5		
11/07/2019	13:00	5		
12/07/2019	14:00	3		
15/07/2019	13:00	4		
16/07/2019	14:00	4		



**UNIVERSIDAD PANAMERICANA**  
Facultad de Ciencias de la Educación  
Sede Chiquimula

**Control de Asistencia de Práctica Administrativa**

Nombre de la Institución: Colegio Católico Privado Mixto "San Francisco de Asís"  
Nombre del Supervisor directo: Lic. Juan Luis Miguel Agosto  
Alumna Practicante: PSE. Marisol del Rosario Recinos Ventura

Fecha	Hora de Entrada	Total de Horas en el día.	Firma	Sello
17/07/2019	13:00pm	5		
18/07/2019	13:00pm	3		
19/07/2019	13:00pm	5		
22/07/2019	14:00pm	4		
23/07/2019	13:00pm	2		
24/07/2019	13:00pm	5		



UNIVERSIDAD PANAMERICANA  
Facultad de Ciencias de la Educación  
Sede Chiquimula

**Control de Asistencia de Práctica Administrativa**

Nombre de la Institución: Colegio Católico Privado Mixto "San Francisco de Asís"  
Nombre del Supervisor directo: Lic. Juan Luis Miguel Agosto  
Alumna Practicante: PSE. Marisol del Rosario Recinos Ventura

Fecha	Hora de Entrada	Total de Horas en el día.	Firma	Sello
25/07/2019	14:00pm	4		
26/07/2019	13:00pm	5		
05/08/2019	13:00pm	2		
06/08/2019	13:00pm	3		
07/08/2019	13:00pm	5		
08/08/2019	14:00pm	3		



UNIVERSIDAD PANAMERICANA  
Facultad de Ciencias de la Educación  
Sede Chiquimula

**Control de Asistencia de Práctica Administrativa**

Nombre de la Institución: Colegio Católico Privado Mixto "San Francisco de Asís"  
Nombre del Supervisor directo: Lic. Juan Luis Miguel Agosto  
Alumna Practicante: PSE. Marisol del Rosario Recinos Ventura

Fecha	Hora de Entrada	Total de Horas en el día.	Firma	Sello
09/08/2019	13:00pm	5		
13/08/2019	14:00pm	4		
15/08/2019	13:00pm	5		
16/08/2019	13:00pm	5		
19/08/2019	16:00pm	2		
21/08/2019	13:00pm	5		



UNIVERSIDAD PANAMERICANA  
Facultad de Ciencias de la Educación  
Sede Chiquimula

Control de Asistencia de Práctica Administrativa

Nombre de la Institución: Colegio Católico Privado Mixto "San Francisco de Asís"

Nombre del Supervisor directo: Lic. Juan Luis Miguel Agosto

Alumna Practicante: PSE. Marisol del Rosario Recinos Ventura

Fecha	Hora de Entrada	Total de Horas en el día.	Firma	Sello
22/08/2019	15:00pm	3		
23/08/2019	14:00pm	4		
28/08/2019	15:00pm	3		
29/08/2019	16:00pm	2		
30/08/2019	14:00pm	3		
02/09/2019	17:00pm	1		



UNIVERSIDAD PANAMERICANA  
Facultad de Ciencias de la Educación  
Sede Chiquimula

Control de Asistencia de Práctica Administrativa

Nombre de la Institución: Colegio Católico Privado Mixto "San Francisco de Asís"

Nombre del Supervisor directo: Lic. Juan Luis Miguel Agosto

Alumna Practicante: PSE. Marisol del Rosario Recinos Ventura

Fecha	Hora de Entrada	Total de Horas en el día.	Firma	Sello
04/09/2019	14:00pm	3		
06/09/2019	14:00pm	3		
11/09/2019	14:00pm	3		
13/09/2019	14:00pm	2		
18/09/2019	14:00pm	3		
20/09/2019	14:00pm	3		

## Anexo 4 Certificación de Acta de Inicio y Final

LA SECRETARIA DEL COLEGIO CATÓLICO PRIVADO MIXTO "SAN FRANCISCO DE ASÍS" DE LA VILLA DE QUEZALTEPEQUE, DEPARTAMENTO DE CHIQUIMULA, CERTIFICA: HABER TENIDO A LA VISTA EL LIBRO AUXILIAR GENERAL DE ACTAS NO. 1 DEL NIVEL MEDIO, CICLO BÁSICO DE ESTE ESTABLECIMIENTO, EN EL QUE A FOLIOS NÚMERO 51 Y 52 SE ENCUENTRA EL ACTA QUE LITERALMENTE SE LEE: ---

Acta No. 003-2019


En la villa de Quezaltepeque departamento de Chiquimula, siendo las catorce horas, del día lunes treinta de septiembre del año dos mil diecinueve, reunidos en las instalaciones que ocupa el Colegio Católico Privado Mixto "San Francisco de Asís", en la Villa de Quezaltepeque departamento de Chiquimula, las siguientes personas: Marisol del Rosario Recinos Ventura alumna practicante y Lic. Juan Luis Miguel Agosto, director técnico administrativo, quien suscribe la presente para hacer constar lo siguiente: PRIMERO: El director tiene la visita de la solicitud presentada por la alumna practicante, la cual literalmente dice así: Universidad Panamericana de Guatemala Facultad de Ciencias de la Educación, Sede Chiquimula. Estimado Licenciado. En calidad de Asesora de práctica Administrativa de la Carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa de la Universidad Panamericana Facultad de Ciencias de la Educación, Sede Chiquimula me permito presentarle a la estudiante: Marisol del Rosario Recinos Ventura quien se identifica con su carné No. 201503101 con el objetivo de SOLICITARLE: permiso para realizar su práctica Profesional Administrativa. El proceso de Práctica Administrativa inicia el 03 de junio de 2019 cumpliendo la estudiante con 200 horas. La estudiante deberá interactuar con usted y docentes, con el objetivo de contribuir al proceso educativo de los alumnos que estudian en tan importante centro de estudio, además agradecemos evaluar el trabajo que la estudiante realice durante el trabajo de investigación, permitir la supervisión eventual por la asesora respectiva y el Coordinador Técnico Administrativo de la UPANA. Agradeciendo su atención y colaboración, es un gusto suscribirnos en nombre de la Universidad Panamericana. SEGUNDO: El Licenciado Juan Luis Miguel Agosto, en su calidad de director del Colegio Católico Privado Mixto "San Francisco de Asís" al hacer estudio y análisis de las peticiones resuelve acceder que la estudiante realice su Práctica Profesional dentro de la parte administrativa del Colegio Católico Privado Mixto "San Francisco de Asís; dando

inicio el tres de junio y finalizando el día viernes 20 de Septiembre cumpliendo las doscientas horas. TERCERO: No habiendo más que hacer constar, se finaliza la presente media hora después de iniciada en el mismo lugar y fecha su inicio. Firmando de conformidad quienes intervenimos. Damos fe.

Y PARA REMITIRLA A DONDE CORRESPONDE, SE EXTIENDE, SELLA Y FIRMA LA PRESENTE CERTIFICACION EN UNA HOJA TAMAÑO CARTA, A UN DÍA DEL MES DE OCTUBRE DEL AÑO DOS MIL DIECINUEVE. -----

  
PAE. Eva Margoth Ruiz de López  
Secretaria



  
Lic. Juan Luis Miguel Agosto  
Director Técnico Administrativo



## Anexo 5 Guía de Observación Física de Establecimiento

No	Aspecto Observado	Respuestas	Observaciones o Comentario
1	Cuenta el centro educativo con espacio físico para el área administrativa	Si No	Si, una oficina que funge como dirección y como secretaria.
2	Cuenta el centro educativo con espacio físico para sala de profesores.	Si No	Se cuenta con aula específica que se usa como sala de docentes.
3	Total de Alumnos	45	
4	Cantidad de grados	5	
5	Ubicación de las aulas	<b>Muy Buena</b> Mala	Están cerca del área verde y tienen sombra.
6	Ventilación en las aulas	<b>Aceptable</b> No aceptable	Tienen ventanas grandes y ventiladores.
7	Iluminación en las aulas	Aceptable <b>No aceptable</b>	Las aulas tiene iluminación durante el día pero si el día está oscuro no porque no tiene lámparas.
8	Existe servicio de biblioteca	Si No	Si hay y está disponible para quien desee llegar a leer.
9	El centro educativo cuenta con servicio de internet.	Si No	El establecimiento no cuenta con internet.
10	Cuenta con servicios de ayudas audiovisuales	Si No	Si cuenta con laboratorio, proyector, bocinas y dos computadoras portátiles para que los docentes hagan uso de ellas.
11	Cuenta con servicio de cafetería o tienda escolar	Si No	El establecimiento si cuenta con tienda escolar y áreas de mesas de llantas para que puedan refaccionar.

## Anexo 6 Instrumento

### Encuesta

UNIVERSIDAD PANAMERICANA DE GUATEMALA  
*"Sabiduría ante todo, adquiere sabiduría"*



**Estimado:** Señor o señora, como estudiante de la Universidad Panamericana con sede en Chiquimula, actualmente estoy cerrando la carrera de Licenciatura en Pedagogía y Administración Educativa y debo cursar la asignatura de Práctica Profesional Dirigida.

Por ello le solicito contestar un pequeño cuestionario el cual me servirá de para mi investigación y para la elaboración de mi propuesta, la presente tiene como fin recolectar información acerca del rendimiento académico de sus alumnos y algunas de las causas de las actitudes de los alumnos.

**Instrucciones:** A continuación encontrará unas interrogantes y en la parte derecha de cada una dos posibles respuestas marque con "X" en la casilla que corresponde a su respuesta "Si" o "No".

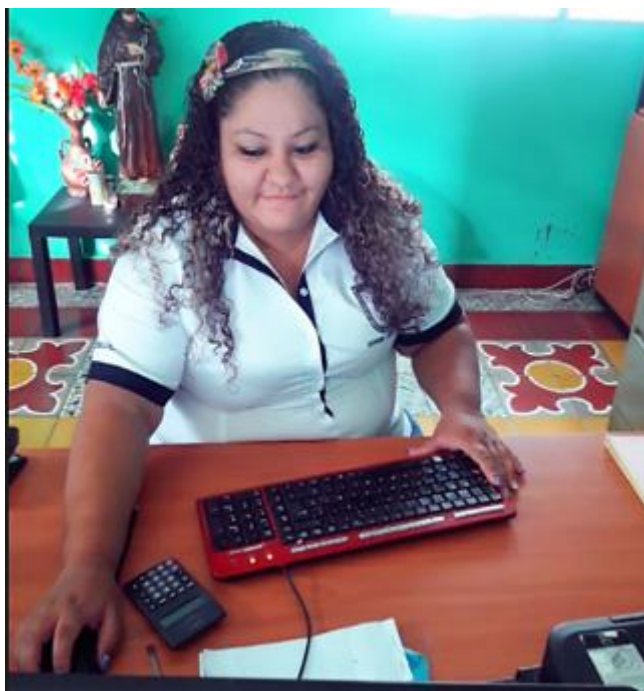
No.	Interrogante	Si	No
1	¿Sus alumnos tienen un buen rendimiento escolar?		
2	¿Sus alumnos faltan a clases muy a menudo?		
3	¿Cree que la causa del bajo rendimiento tiene que ver con los problemas del hogar o las malas influencias de amistades o adicciones?		
4	¿Los estudiantes practican los valores morales?		
5	¿Cree que los hogares de los estudiantes están supervisados por padre y madre en su mayoría?		
6	¿Sus estudiantes manejan mucho estrés?		
7	¿Cree que los alumnos utilizan técnicas de estudio?		
8	¿Los padres de familia están al pendiente de las calificaciones de sus hijos?		
9	¿Cree que sus alumnos saben relajarse o manejar sus emociones y su estrés?		
10	¿Considera que la migración al extranjero ha afectado el rendimiento académico de sus alumnos. ?		

## Anexo 7 Galería fotográfica

Llenando el libro de asistencia de los docentes por día y por ciclo.



Ayudando a teclear la ficha de actividades correspondiente a la semana de actividades patrias.



Sellando las hojas de la rifa que hace anualmente el establecimiento para recaudar fondos que serán utilizados en la semana de Aniversario, los premios son donados por padres de familia y otros colaboradores del pueblo de Quezaltepeque.



Entrega al Director Técnico Administrativo, Juan Luis Miguel Agosto del Colegio Católico Privado Mixto San Francisco de Asís del Informe detallado de las capacitaciones brindadas a estudiantes de dicho establecimiento.

