



**ESCUELA DE EDUCACIÓN SUPERIOR  
PEDAGÓGICA PÚBLICA**

**“VÍCTOR ANDRÉS BELAUNDE”**

**JAÉN**

**TRABAJO DE INVESTIGACIÓN**

**IMPORTANCIA DE LA ATENCIÓN PARA EL LOGRO DE  
LOS APRENDIZAJES EN EL ÁREA DE EDUCACIÓN  
FÍSICA**

**PARA OPTAR EL GRADO DE  
BACHILLER EN EDUCACIÓN**

**PROGRAMA DE ESTUDIOS DE EDUCACIÓN FÍSICA**

**PRESENTADO POR:**

**TORRES PÉREZ, BENIGNO MERCEDES.**

**TORRES PÉREZ, TEUDES HATER.**

**JAÉN – PERÚ**

**2025**

# BENIGNO MERCEDES TORRES PÉREZ

## IMPORTANCIA DE LA ATENCIÓN PARA EL LOGRO DE LOS APRENDIZAJES EN EL ÁREA DE EDUCACIÓN FÍSICA.docx

### Detalles del documento

Identificador de la entrega

trn.oid:::28915:465310445

20 Páginas

Fecha de entrega

7 jun 2025, 6:49 p.m. GMT-5

5590 Palabras

Fecha de descarga

7 jun 2025, 6:50 p.m. GMT-5

30.807 Caracteres

Nombre de archivo

IMPORTANCIA DE LA ATENCIÓN PARA EL LOGRO DE LOS APRENDIZAJES EN EL ÁREA DE EDUCACI...docx


Tamaño de archivo

75.0 KB

## 14% Similitud general

El total combinado de todas las coincidencias, incluidas las fuentes superpuestas, para ca...

### Fuentes principales

9%  Fuentes de Internet

3%  Publicaciones

8%  Trabajos entregados (trabajos del estudiante)



### Marcas de integridad

N.º de alertas de integridad para revisión

No se han detectado manipulaciones de texto sospechosas.

Los algoritmos de nuestro sistema analizan un documento en profundidad para buscar inconsistencias que permitirían distinguirlo de una entrega normal. Si advertimos algo extraño, lo marcamos como una alerta para que pueda revisarlo.

Una marca de alerta no es necesariamente un indicador de problemas. Sin embargo, recomendamos que preste atención y la revise.

## **DATOS GENERALES DE LA INVESTIGACIÓN**

### **TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN**

Importancia de la atención para el logro de los aprendizajes en el área de Educación Física.

### **AUTORES**

Torres Pérez, Benigno Mercedes.

Torres Pérez, Teudes Hater.

### **ASESOR DE LA INVESTIGACIÓN**

Lic. Silva Urbano, Félix José.

<https://Orcid: 0009-0001-7156-8491>

### **DURACIÓN DE LA INVESTIGACIÓN**

Fecha de inicio : 07/09/2024

Fecha de término : 31/01/2025

### **LÍNEA DE LA INVESTIGACIÓN**

Pedagogía Currículo y Didáctica.

### **EJE TEMÁTICO**

Propuestas de Innovación Pedagógica.

### **JURADO**

Presidente : Mg. Erla Marilú Huatangari Mego

Secretario : Lic. Félix José Silva Urbano

Vocal : Lic. Carlos Alberto Lachos Torres

## DECLARATORIA DE AUTENTICIDAD

Teudes Hater Torres Pérez identificado con DNI N° 48237554; Benigno Mercedes Torres Pérez identificado con DNI N° 75080189, estudiantes de la Carrera Profesional de Educación Física de la Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública "Víctor Andrés Belaunde" de Jaén, presentamos la siguiente monografía de investigación acción educativa titulada: "Importancia de la atención para el logro de los aprendizajes en el área de Educación Física."

En resumen, confirmamos que el trabajo de investigación que presentamos es de nuestra autoría. Todos los datos, resultados, análisis e interpretaciones reflejan nuestro esfuerzo y contribución a la realidad educativa. Además, hemos verificado y citado adecuadamente todas las referencias utilizadas en nuestra investigación.

Por lo tanto, asumimos plena responsabilidad por cualquier error o información falsa. Reiteramos todas nuestras afirmaciones con nuestras firmas.

Jaén, 03 de febrero del 2025.



.....  
Teudes Hater Torres Pérez  
DNI: 48237554



.....  
Benigno Mercedes Torres Pérez  
DNI: 75080189

# ÍNDICE

	Pág.
RESUMEN.....	vi
ABSTRACT.....	vii
INTRODUCCIÓN.....	viii
DESARROLLO TEMÁTICO.....	10
1. LA ATENCIÓN.....	10
1.1 DEFINICIONES Y CONCEPTOS DE ATENCIÓN.....	10
1.2 TIPOS DE ATENCIÓN.....	11
1.2.1 Atención selectiva o focalizada.....	11
1.2.2 Atención sostenida.....	11
1.2.3 Atención dividida.....	11
1.2.4 Flexibilidad atencional o atención alterna.....	11
1.3 TEORÍAS DE LA ATENCIÓN .....	11
1.4. LA ATENCIÓN EN LA EDUCACIÓN .....	13
1.4.1 Distractores de la atención en el aprendizaje.....	14
1.4.1.1 Distractores externos.....	14
1.4.1.2 Distractores internos.....	17
1.4.2 La importancia de la atención para el aprendizaje.....	20
1.4.3 Importancia de la atención en los aprendizajes del área de Educación Física.....	22
CONCLUSIONES.....	24
REFERENCIAS.....	25

## RESUMEN

El presente estudio tiene por objetivo, resaltar la importancia de la atención para el logro de los aprendizajes en el área de Educación Física, a través de la recopilación de diversas fuentes de información que lo sustenten. La metodología utilizada fue cualitativa, basada en conceptos, investigaciones, enfoques y teorías actualmente vigentes. Estos estudios comprueban que, en la frecuencia del aprendizaje, la atención es un elemento fundamental, esto gracias a que la atención actúa como un filtro que permite a los estudiantes seleccionar y procesar información importante en un entorno repleto de estímulos; permitiendo comprensión de la información, autonomía, y participación activa, principalmente en clases de Educación Física. En conclusión, la atención es clave para el aprendizaje, ya que permite concentrarse, procesar información y desarrollar el pensamiento crítico. Además, impulsa la participación activa, mejorando la comprensión y el rendimiento académico. Por ello, fortalecer las habilidades atencionales de los estudiantes en los entornos educativos es esencial para optimizar los resultados.

**PALABRAS CLAVE:** Atención, Educación Física, logro de aprendizajes.

## **ABSTRACT**

This study aims to highlight the importance of attention for learning achievement in Physical Education by gathering diverse sources of information. The methodology used was qualitative, based on currently valid concepts, research, approaches, and theories. These studies confirm that attention is a fundamental element in learning frequency. This is because attention acts as a filter that allows students to select and process important information in a stimulus-filled environment, enabling information comprehension, autonomy, and active participation, primarily in Physical Education classes. In conclusion, attention is key to learning, as it allows students to concentrate, process information, and develop critical thinking. Furthermore, it fosters active participation, improving comprehension and academic performance. Therefore, strengthening students' attentional skills in educational settings is essential to optimize results.

**KEYWORDS:** Attention, Physical Education, learning achievement.

## INTRODUCCIÓN

En ideas de Sarmiento y Montoya (2015), la atención se refiere a la disposición de los sentidos y las funciones cerebrales y motoras para interactuar con los demás y el entorno, esta disposición se basa en estímulos, que pueden ser tanto externos como los presentados por el medio o por otras personas, como también internos como gustos o costumbres. Asimismo, “el sistema de atención cumple dos funciones básicas: la de controlar el estado de alerta del sistema cognitivo y la selección de estímulos importantes” (Benedet, 2002, citado por Machado, et al. 2021). En ese contexto, el estudio explica cómo la atención repercute positivamente en varias dimensiones del aprendizaje, principalmente en lo que se refiere al área de Educación Física, enfatizando su función en la retención y comprensión de información, además de la autonomía, la participación activa y el desarrollo del pensamiento crítico.

Seguramente lo primero que se nos llega a la mente al hablar de clases de educación física, es que los estudiantes van a estar totalmente atentos incluso más que en las demás áreas curriculares, además que es la favorita de todos los estudiantes, pero no es así, el niño busca sus intereses, en este caso el fútbol y el vóleybol son lo primero que exigen, pero no se trata solamente de esos deportes, el Ministerio de Educación del Perú (2017), a través del Currículo Nacional de la Educación Básica (CNEB), afirma que los estudiantes deben aprender a desarrollar competencias, o sea, combinar capacidades, estas expresadas en aprendizajes que les permitan crecer y desenvolverse en la sociedad, el desarrollo de estas competencias se evalúan a través de los estándares de aprendizaje, entonces es preponderante mencionar que no solo

se necesita del componente motriz, sino que también del componente cognitivo, sobre todo de habilidades atencionales que hagan posible la concentración de los estudiantes en cada una de las actividades de la Educación Física de una manera consciente, todo con el objetivo de lograr los propósitos de aprendizaje.

Un enfoque atencional adecuado permite a los estudiantes identificar lo que es importante y descartar lo irrelevante, lo que optimiza su rendimiento académico, además, la atención está estrechamente relacionada con la motivación; cuando los estudiantes están interesados en un tema, su capacidad para concentrarse y aprender se incrementa significativamente. Por lo tanto, fomentar habilidades atencionales desde una edad temprana no solo mejora el aprendizaje inmediato, sino que también sienta las bases para un desarrollo intelectual continuo a lo largo de la vida. En ese sentido, se puede mencionar que cultivar la atención es crucial para maximizar el potencial educativo y preparar a los individuos para enfrentar los desafíos del futuro.

La presente investigación tiene por objetivo resaltar la importancia de la atención para el logro de los aprendizajes en el área de Educación Física, a través de la recopilación de diversas fuentes de información que lo sustenten. La metodología utilizada fue cualitativa, basada en conceptos, investigaciones, enfoques y teorías actualmente vigentes; además, para facilitar su entendimiento se ha estructurado por apartados y ejes temáticos: El primer apartado, corresponde a la introducción en donde se presenta el tema principal, que es: la importancia de la atención para el logro de los aprendizajes en el área de Educación Física. El segundo apartado, contiene el desarrollo temático, donde se especifican definiciones, conceptos, teorías y enfoques de la atención. Finalmente, aparecen las conclusiones y las referencias.

## **DESARROLLO TEMÁTICO**

### **1. LA ATENCIÓN**

#### **1.1. Definiciones y conceptos de atención**

De acuerdo al diccionario de la Real Academia Española (2024), nos define a la atención como: acción de atender; cuidado, esmero, interés, vigilancia, curiosidad, observación, aplicación.

Según Sarmiento y Montoya (2015), la atención se refiere a la disposición de los sentidos y las funciones cerebrales y motoras para interactuar con los demás y el entorno. Esta disposición se basa en estímulos, que pueden ser tanto externos (presentados por el medio o por otras personas) como internos (como gustos o costumbres).

La atención también puede definirse como un estado neurocognitivo cuyo funcionamiento es primordial para los procesos perceptivos y, en efecto, desempeña un rol básico en nuestro rendimiento de aprendizaje (Estévez et al. 1997, citados por Machado, et al. 2021).

Asimismo, “el sistema de atención cumple dos funciones básicas: la de controlar el estado de alerta del sistema cognitivo y la selección de estímulos preponderantes” (Benedet, 2002 p.118, citado por Machado, et al. 2021 p. 76).

Por lo tanto, haciendo un análisis en base a los autores citados, la atención viene a ser el proceso mental por el cual nos concentramos en ciertos estímulos o actividades, filtrando las distracciones. Es como una linterna mental que ilumina aquello que consideramos relevante en un momento dado. Este

proceso nos permite percibir, pensar y actuar de manera más eficaz, ya que podemos centrar nuestros recursos cognitivos limitados en tareas específicas, mejorando así nuestra comprensión y rendimiento.

## **1.2. TIPOS DE ATENCIÓN**

**1.2.1. Atención selectiva o focalizada:** Según Sarmiento y Montoya (2015), esta capacidad permite elegir un único estímulo entre varios presentes en el entorno, ignorando los que no fueron seleccionados. La atención selectiva está vinculada a la autonomía, ya que depende de las preferencias y habilidades de la persona para tomar decisiones.

**1.2.2. Atención sostenida:** Sarmiento y Montoya (2015), definen esta habilidad como la capacidad de mantener una respuesta frente a un estímulo, respetando ciertas limitaciones de acción, tiempo y espacio.

**1.2.3. Atención dividida:** Se refiere al talento de atender al menos dos estímulos al mismo tiempo o de compartir los recursos atencionales para realizar una tarea compleja cuando se enfrenta a una carga de estímulos (Machado, et al., 2021, p. 78).

**1.2.4. Flexibilidad atencional o atención alterna:** Esta capacidad permite cambiar el enfoque de atención de un estímulo a otro, o de una tarea a otra (Sarmiento y Montoya, 2015).

Además, Londoño (2009), menciona que la atención alternante es la habilidad para ejecutar tareas que requieran cambiar rápidamente de un grupo de respuestas a otros, este componente atencional requiere redirección de la atención y cambios repetidos en la demanda de las tareas.

## **1.3. TEORÍAS DE LA ATENCIÓN**

El modelo de filtro rígido propuesto por (Broadbent 1958, como se cita en Salas 2018), describe la forma en que se produce la atención como un dispositivo que elige datos durante su procesado, para prevenir la sobrecarga de la memoria a corto plazo, garantizando que únicamente se almacene el contenido pertinente, mientras que el resto se suprime. Este filtro opera basándose en función de factores, como la fuerza del estímulo, su novedad o frecuencia, la motivación del individuo. De acuerdo a esta teoría, no es posible

atender a múltiples estímulos simultáneamente, lo que se conoce como procesamiento secuencial.

En contraste, el modelo de filtro atenuado de (Treisman 1960, como se cita en Salas 2018), propone que los estímulos no atendidos son procesados de manera secundaria, lo que permite prestar atención a varios estímulos al mismo tiempo. Esta teoría afirma que únicamente analiza los datos de los estímulos importantes para el individuo.

El modelo de filtro tardío argumenta que todos los estímulos percibidos son procesados hasta alcanzar su significado antes de que actúe el filtro. En este enfoque, los autores sostienen que todos los estímulos captados por nuestros sentidos son procesados y reconocidos por nuestro cerebro, independientemente de si les prestamos atención o no (Deutsch 1963, como se cita en Salas 2018).

El modelo de selección múltiple, conocido como el modelo multimodo, plantea que la información puede ser seleccionada en cualquier fase del proceso, a escala sensorial como semántico, dependiendo de la actividad y las aspiraciones del individuo. Cuando la elección se lleva a cabo a una etapa semántica, se necesita una capacidad superior para procesar la información, en cambio, la selección es más fácil en el nivel sensorial que en el semántico (Johnston y Heinz 1979, como se cita en Salas 2018).

Por otro lado, la teoría de atención con capacidad limitada, considera la atención como un recurso limitado y un proceso dinámico que responde a las necesidades que surgen al realizar tareas. Esta capacidad varía según el esfuerzo mental requerido, las habilidades del individuo y su motivación e interés. La teoría indica que cuando las demandas del entorno son altas, la atención tiende a concentrarse en estímulos nuevos, en movimiento o aquellos que sean de mayor atraktividad para el sujeto, lo que aumenta la probabilidad de que este responda a dichos estímulos (Kahneman y Townsend 1973, como se cita en Salas 2018).

El modelo de destrezas adquiridas, propone que la actividad humana se basa en habilidades obtenidas y rechaza los modelos de filtros, afirma que la atención es una habilidad que puede desarrollarse y varía en tipos, la

capacidad de procesar información primaria depende de las habilidades individuales, permitiendo realizar múltiples tareas con práctica; además, señala que la cantidad de información no afecta negativamente la atención y que es más difícil concentrarse en dos estímulos simples que en uno complejo; la atención es vista como un mecanismo de percepción y gestión de datos mediante estructuras en la memoria (Neisser 1981, como se cita en Salas 2018).

#### **1.4. LA ATENCIÓN EN LA EDUCACIÓN**

Dewey (1916), subraya la importancia de que los docentes entiendan cómo atraer y sostener la atención de los alumnos para promover un aprendizaje profundo. Sostiene que la atención es esencial para fomentar el pensamiento crítico y la implicación activa en el proceso de enseñanza y aprendizaje.

Piaget y Inhelder (1997), en su investigación sobre el desarrollo cognitivo, afirma que la atención es elemental para el logro del aprendizaje, además que los niños atraviesan diversas etapas de desarrollo cognitivo, y su habilidad para concentrarse y prestar atención cambia a lo largo de estas fases.

Por otro lado, Vygotsky (1978), enfatiza en su teoría sociocultural que la atención no es únicamente un proceso individual, sino que también tiene un componente social, la interacción con otras personas puede interrumpir la capacidad atencional de los estudiantes, lo que subraya la relevancia del contexto social en el proceso de aprendizaje.

Willingham (2009), sostiene que la atención es un recurso limitado, por eso los educadores deben diseñar actividades que llamen la atención, y en efecto los estudiantes mantengan el interés para mejorar sus aprendizajes.

Csikszentmihalyi (2000), en su obra sobre el concepto de “flujo”, afirma que la atención plena puede conducir a experiencias óptimas en el aprendizaje. Cuando los estudiantes están completamente inmersos en una tarea, su rendimiento mejora significativamente.

Por otro lado, Flores (2016), señala que el aprendizaje debe tener en cuenta el progreso de la atención en los niños como un aspecto esencial. Esta atención se desarrolla de manera social y se centra en la actividad. La atención como una forma superior del comportamiento, es el componente el cual debe cultivarse durante la educación social, llegando a ser una herramienta psicológica clave para este proceso.

El desarrollo de la atención ocurre durante la formación y educación del niño, siendo crucial que se presente la tarea, la cual sea admitida por el alumno; varios educadores, desde el año 1821, hasta los contemporáneos defensores de la Escuela del Trabajo, han reconocido la fragilidad en la atención consciente de los niños, también sugieren construir el desarrollo educativo en base a la atención inconsciente; por lo tanto, el docente debe ser capaz de captar y mantener el interés del estudiante, buscando siempre ofrecer contenido atractivo y emocional, mientras evita cualquier tipo de estudio que resulte aburrido (Rubinstein, 1984, citado por Flores, 2016).

#### **1.4.1. Distractores de la atención en el aprendizaje**

De acuerdo con (Picado, et al, 2015), nos dicen que un distractor es cualquier evento o cosa que capta la atención y la desvía de las actividades de estudio, algunos distractores del aprendizaje pueden ser: sonidos, conversaciones, imágenes, individuos, melodías, entre otros.

Por otra parte, los distractores del aprendizaje se encargan de desviar la atención del contenido de la clase, evitando que el estudiante pueda comprender el tema que se está tratando en una actividad de aprendizaje (Castillo, et al., 2002, citados por Alvarado & Salas, 2023). Los distractores son los estímulos que desvían la atención de los estudiantes a otro foco atencional, el cual es ajeno al propósito de aprendizaje de la clase.

##### **1.4.1.1. Distractores externos:**

Hay varios factores que pueden distraer a los estudiantes, como el ruido, la iluminación y la temperatura. También influyen la falta de organización en sus actividades diarias, la dificultad excesiva y la monotonía en los contenidos de aprendizaje, y la distracción que puede provocar la realidad virtual derivada

del avance científico y tecnológico en el mundo moderno, entre otros (Alvarado & Salas, 2023).

### **A. Ruidos:**

Los efectos negativos del ruido sobre la asimilación de conocimientos en los niños, se manifiestan de diversas formas, como: deterioro auditivo, provocado por juguetes y equipamiento del entorno, que conduce a que los estudiantes escuchen más a estos, en comparación a las palabras del maestro; efectos cognitivos, como dificultades para la lectura, la retención de información en la memoria de corto y largo plazo, otros ruidos pueden ser el uso excesivo de la voz como por ejemplo los gritos en el aula o en el patio al momento del recreo (Acaro, et al., 2021, citados por Alvarado & Salas, 2023).

### **B. Iluminación:**

Las actividades de enseñanza y aprendizaje que involucren la escritura, lectura, juegos o práctica de deportes, deben gozar de una iluminación adecuada; como estas actividades son similares a las de las oficinas, las circunstancias generales de iluminación pueden aplicarse también en las escuelas (Munive, 2020, citado por Alvarado & Salas, 2023).

La iluminación del aula se convierte en un distractor del aprendizaje cuando es demasiado brillante, demasiado tenue o demasiado variable (Galea & Rosenfield, 2014, citados por Alvarado & Salas, 2023), nos aclaran que la luz demasiado brillante puede causar fatiga ocular y dificultar la concentración, siendo aún más delicado para las personas que son sensibles a la luz. Otro tipo es la luz demasiado tenue, este provoca que sea difícil ver lo que está escrito o lo que se está haciendo, generando muchas veces frustración y dificultad para el aprendizaje. Por otra parte, la luz demasiado variable como la luz solar que se filtra por las cortinas o la luz de una pantalla que cambia de brillo, puede distraer y dificultar la concentración. Por último, la luz de un color que no es adecuada para la tarea que se está realizando, como, por ejemplo, la luz azul puede ser estimulante y dificultar la concentración en tareas que requieren concentración, como la lectura o la escritura (Breus, 2017, citado por Alvarado & Salas, 2023).

### **C. Temperatura**

El clima en el aula es esencial para el aprendizaje de los estudiantes. Tanto una temperatura elevada como una demasiado baja pueden causar incomodidad y desconcentración, lo cual obstaculiza el proceso educativo (Coelho & Duarte, 2017, citados por Alvarado y salas, 2023).

Es natural que los estudiantes se sientan más tranquilos cuando hay una temperatura agradable, indistintamente del lugar donde se encuentren, que pueden ser el salón de clases, como también la loza deportiva al realizar la parte práctica del área de Educación Física, al permitir sentirse tranquilos también permitirá un clima agradable para el logro de los aprendizajes. En ese sentido (Coelho & Duarte 2017, citados por Alvarado & Salas, 2023), señalan las temperaturas ideales para el aprendizaje, aquellas que van desde los 20 hasta los 22 grados Celsius, estos niveles de temperaturas son de agrado para la mayoría de las personas y permite que se concentren en sus tareas; asimismo, para mantener esta temperatura del salón de clases, se puede hacer ajustando el termostato o usando ventiladores o aires acondicionados, también es importante asegurarse que el salón de clases esté bien ventilado para evitar la acumulación de calor.

### **D. Falta de planificación de las actividades diarias del estudiante**

En opinión de Alvarado & Salas (2023), La ausencia de un horario puede dificultar la gestión eficiente del tiempo, lo que provoca que los estudiantes no dediquen el período necesario para cada asignatura o actividad extracurricular; esto puede resultar en una comprensión deficiente de los temas, una menor retención de la información y un aumento del estrés al enfrentar plazos ajustados.

La planificación de las actividades en los estudiantes permite tener el tiempo libre o necesario, el cual se lo puede utilizar para la realización de las actividades propias de la clase, evitando así una saturación de las actividades y permitiendo la atención necesaria hacia las actividades, ya lo decía (Santrock, 2019, citado por Alvarado & Salas 2023), los horarios regulares y estructurados contribuyen significativamente al desarrollo y éxito académico de los estudiantes.

## **E. Excesiva dificultad de los contenidos de aprendizaje**

De acuerdo con la teoría del desarrollo cognitivo de los niños en edad preescolar y en etapas tempranas de educación primaria atraviesan la etapa de operaciones concretas, donde su capacidad para comprender conceptos abstractos es limitada; imponer contenidos extremadamente complejos en esta etapa puede ser contraproducente, ya que los niños pueden no estar preparados para comprenderlos, lo que resulta en una sensación de fracaso y desmotivación (Piaget, 1972, citado por Alvarado & Salas 2023). Además, según investigaciones como las de Vygotsky sobre la Zona de Desarrollo Próximo, el aprendizaje efectivo ocurre cuando se presenta un desafío que está ligeramente más allá del nivel actual de comprensión del niño, pero que aún es alcanzable con ayuda o guía. Cuando los contenidos son demasiado difíciles, se excede la Zona de Desarrollo Próximo del niño, lo que dificulta su capacidad para comprender y asimilar nuevos conocimientos de manera efectiva (Vygotsky, 1978, citado por Alvarado & Salas 2023).

### **1.4.1.2. Distractores internos**

De acuerdo con (López M., 2017, citado por Alvarado & Salas 2023), afirma que los distractores internos tienen que ver con factores intrínsecos relacionados al estado emocional o cognitivo de los estudiantes, como los problemas y conflictos personales y familiares, la ansiedad, la desmotivación, los asuntos pendientes en materia emocional, la fatiga física y psíquica, la debilidad de la voluntad, entre otros; estos factores generan estrés en los niños, lo que a su vez afecta su capacidad de concentración y aprendizaje en el entorno escolar. En esa misma línea de ideas (Vicente, 2019, citado por Alvarado & Salas 2023), identifica varios factores que influyen en el aprendizaje de los estudiantes. Estos factores son personales y están vinculados con la personalidad, las expectativas, las dificultades y las preferencias de cada individuo. Además, también menciona la falta de interés en el tema, los problemas personales y la postergación como elementos que afectan el nivel de aprendizaje. Todo esto puede resultar en una sobrecarga de asignaciones y cansancio, lo cual impacta negativamente en el desarrollo del aprendizaje.

## **A. Ansiedad**

La ansiedad es un trastorno de la personalidad que provoca preocupaciones, miedos, o intranquilidad incontrolable, acompañados muchas veces de sudoración, fatiga física y otras manifestaciones somáticas. De acuerdo con (Soto, 2019, citado por Alvarado & Salas 2023), afirma que la ansiedad puede presentarse de diversas formas en el aula, desde manifestaciones físicas como dolores de estómago o dolores de cabeza hasta dificultades para interactuar con sus pares o para seguir instrucciones académicas; estos síntomas interfieren directamente en la capacidad del niño para enfocarse en las actividades escolares, lo que puede repercutir en su rendimiento académico y en la adquisición de habilidades clave en esta etapa formativa.

## **B. Desmotivación**

Según (Gómez, 2019, citado por Alvarado & Salas 2023), la desmotivación se manifiesta por varias razones, como la falta de conexión entre el contenido educativo y los intereses individuales del niño, lo que puede llevar a una separación emocional con el aprendizaje; la realización de actividades repetidas, la falta de desafíos o la ausencia de variedad en las metodologías de enseñanza contribuyen a la pérdida de motivación en el aula; en ese orden de ideas (Hernández, 2020 citado por Alvarado & Salas 2023), afirma que el fomento de la motivación intrínseca, enfocada en el interés natural del niño por explorar, descubrir y aprender, es fundamental para contrarrestar la desmotivación, al mismo tiempo incluir actividades estimulantes, donde haya fomento de la curiosidad y la creación de un ambiente de aprendizaje lúdico y participativo, restauran significativamente el entusiasmo por aprender en los niños.

## **C. Asuntos pendientes**

En ideas de (Pérez, 2016, citado por Alvarado & Salas 2023), lidiar con sentimientos no resueltos como emocionales, familiares o personales pueden ser un detonante directo en la capacidad del niño para concentrarse y participar plenamente en el entorno educativo. En ese sentido (González 2019, citado por Alvarado & Salas 2023), coincide Pérez (2016), al mencionar que los asuntos

no resueltos como conflictos familiares, la falta de estabilidad en el hogar o preocupaciones personales, generan ansiedad y estrés en el niño, llegando a afectar su atención y disposición para el aprendizaje. Estos problemas pueden actuar como una carga emocional que distrae al niño, dificultándole involucrarse plenamente en las actividades educativas.

#### **D. Fatiga física y psíquica**

La fatiga física y psíquica, se convierte en un distractor que afecta el aprendizaje de los niños (García, 2019, citado por Alvarado & Salas 2023). Asimismo, el agotamiento psíquico, relacionadas con las actividades excesivas, altas perspectivas académicas o situaciones estresantes, impacta negativamente en el aprendizaje; la sobrecarga de tareas puede generar agotamiento mental, lo que disminuye la capacidad del niño para procesar la información, seguir instrucciones y retener el conocimiento (Martínez, 2017, citado por Alvarado & Salas 2023).

#### **E. Debilidad de voluntad**

De acuerdo con (Gómez, 2019, citado por Alvarado & Salas, 2023), son varios los estudios que han afirmado cómo la ausencia de habilidades que tienen que ver con la autorregulación y la autodisciplina, puede afectar la capacidad del niño para mantener la atención en tareas específicas y comprometerse con el proceso de aprendizaje. En ese orden de ideas (Martínez, 2018 y Hernández, 2020, citados por Alvarado & Salas, 2023), coinciden mencionando que la falta de control sobre la voluntad puede manifestarse en la incapacidad para mantener la atención en una actividad durante un período prolongado, o en la dificultad para seguir instrucciones de manera consistente. La fragilidad de voluntad o disposición por parte de los estudiantes, puede influir negativamente en la atención y por ende en el logro de los propósitos de aprendizajes.

#### **F. Hiperactividad**

Varios estudios han abordado al tema de la hiperactividad, señalando que esta, está caracterizada por una excesiva energía, impulsividad y dificultad para mantener la atención, provocando la afectación en la participación de

actividades educativas y la asimilación de conocimientos en el aula (García, 2019, citado por Alvarado & Salas, 2023). En concordancia con la idea anterior, los niños con hiperactividad pueden tener dificultades para permanecer sentados, seguir instrucciones o involucrarse en tareas que requieran un enfoque prolongado, provocando la disminución en el proceso de asimilación de los aprendizajes, como también en la poca participación de actividades propias del área, haciendo tendencia de esta manera al bajo rendimiento escolar (Martínez, 2018, citado por Alvarado & Salas, 2023).

#### **1.4.2. La importancia de la atención para el aprendizaje**

Según Luna et al. (2023), la atención dirigida por la capacidad cerebral y el estado emocional enfoca la concentración en aspectos específicos de manera voluntaria, a través de medios musculares, sensoriales, conscientes e inconscientes. Los seres humanos pueden regular y organizar este proceso voluntariamente. Este mecanismo es fundamental en los procesos cognitivos, actuando a un nivel elemental para la recepción y procesamiento de información, y siendo un factor crucial para el desarrollo del aprendizaje.

Machado, et al (2021), menciona que la atención es la función ejecutiva principal del cerebro y es crucial para nuestras experiencias individuales. Lubary (2016) añade que todas las actividades relacionadas con el procesamiento de la información dependen de la atención. Esta capacidad permite percibir estímulos externos y almacenar información en la memoria. Según Alberca (2012), citado por Luna et al. (2023), algunos estímulos que captan la atención incluyen novedades, cosas vistas por primera vez, elementos diferentes y aquellos que son familiares o conocidos.

Sin la debida atención de los estudiantes, no se puede lograr un aprendizaje efectivo. Bernabéu (2017) destaca que la atención es esencial en el proceso de aprendizaje, ya que influye en la estabilidad, el mantenimiento y la recuperación de los datos. El desempeño académico de los estudiantes, ya sea exitoso o no, está relacionado con su nivel de atención (Zambrana, 2020, como se cita en Bernabéu, 2017). Según investigaciones de Syka y Merzenich (2005), citadas por Bernabéu (2017), la atención es crucial para la creación de

nuevos enlaces neuronales y la formación de circuitos cerebrales sólidos y duraderos. Estos procesos ocurren cuando se presta una atención adecuada.

Los estudiantes en ocasiones, dentro como fuera de la clase se distraen con objetos de su alrededor, y en efecto realizan actividades sin compromisos serios, o no hacen caso a las indicaciones del maestro, desanimándose con facilidad ante las necesidades (Márquez & Abúndez, 2015, citados por Luna, et al., 2023). La memoria y la atención pueden ser entrenadas y por ende reforzadas, gracias a la práctica (Lubary, 2016).

Los niños de entre 2 y 3 años no pueden mantener su atención por más de cuatro minutos. A partir de los 5 o 6 años, pueden concentrarse hasta por 30 minutos, dependiendo de su interés en la actividad que estén realizando. Sin embargo, debido a que es un proceso en desarrollo que está influenciado por el control del lenguaje, les resulta difícil concentrarse si están cansados, emocionalmente alterados o si la clase los mantiene en una posición pasiva y de solo escuchar, en estos casos, se distraen fácilmente (Liublinskaia S/F, citados por Flores, 2016).

Es crucial notar que, en estas primeras etapas de la vida, los niños tienden a mantener su atención por más tiempo cuando el estímulo tiene algún tipo de carga emocional. Esto demuestra que los niños pueden mantener una atención prolongada en actividades simples, pero emocionalmente significativas. Este fenómeno no debe ser subestimado y debe ser aprovechado para mejorar la atención del niño en el futuro. No obstante, sigue siendo válido que los niños pequeños, tanto en preescolar como en los primeros años de escolaridad, tienen un control limitado sobre su atención. Por ello, es vital que los educadores trabajen con gran esmero en el desarrollo de la atención del niño; de lo contrario, el niño podría quedar a merced de las distracciones del entorno y de las circunstancias fortuitas (Rubinstein, 1984, citados por Flores, 2016).

De acuerdo con Espinosa (2019), en China, algunas escuelas han comenzado a utilizar diademas cerebrales para medir la atención de los estudiantes durante las clases. Estas diademas, desarrolladas por la empresa BrainCo, registran la actividad neuronal de los estudiantes y envían los datos a

los profesores a través de una aplicación móvil. La intención es mejorar la eficiencia educativa y ayudar a los maestros a ajustar sus métodos de enseñanza en tiempo real. Siendo China uno de los líderes en la educación mundial, toma en cuenta a la atención como indispensable para el logro de los aprendizajes en sus estudiantes.

### **1.4.3. Importancia de la atención en los aprendizajes del área de Educación Física**

El Ministerio de Educación del Perú, a través del programa curricular de Educación Primaria (2017), sustenta el área de Educación Física en base al enfoque de la corporeidad, en el cual denota al ser humano como una unidad funcional, relacionándolo no solamente desde el movimiento (motricidad), sino que también desde lo cognitivo, el mismo que tiene que ver con el conocimiento o las funciones mentales vinculadas con el procesamiento de la información, otros aspectos de este enfoque es el social, teniendo que ver con las relaciones entre miembros de una sociedad, el emocional, característico a las emociones o a los estados de ánimo y el afectivo el cual tiene que ver con el afecto o el cariño. En esa misma línea, podemos decir entonces que, con el nuevo enfoque de la corporeidad, el área no solo enfatiza un solo aspecto, como por ejemplo el motriz al practicar los deportes, juegos o ejercicios físicos, sino que por otro lado ve indispensable el cognitivo tomando como ejemplo el proceso del aprendizaje de los conocimientos relacionados al área y para su logro es necesario que los estudiantes estén atentos a la explicación del maestro.

Por otro lado, Gonzales (2012), realizó un estudio considerando una muestra integrada por 25 sujetos de entre 8 a 17 años, uno de los grupos denominado Judocas, se le estimuló con un programa de juegos de desarrollo motor, mientras que al otro grupo no se le estimuló, los resultados demostraron que los sujetos que fueron estimulados con estos juegos de desarrollo motor, aumentaron considerablemente su atención, incidiendo también en el logro de sus aprendizajes y en el mejoramiento de su autoestima. Se deduce entonces que toda actividad, juego o estrategias que genere un desarrollo de la atención

de los estudiantes, también contribuye en el mejoramiento de los aprendizajes, en este caso, aprendizajes del área de Educación Física.

Pérez et al. (2015) indican que, de acuerdo con la Psicología de la Educación Física, es imposible aprender acciones motoras, tanto en la Educación Física como en el deporte escolar, sin la participación activa de la atención. Si los estudiantes están distraídos mientras el docente explica el juego o demuestra un movimiento físico, estos no entenderán la esencia de la tarea y sus imágenes mentales serán casi inexistentes, resultando en que los estudiantes ejecuten una tarea desordenada.

Morilla et al. (2002), expresan que en deportes individuales o de equipo, tanto a nivel básico como de élite, el control mental relacionado con la atención es crucial para alcanzar el máximo rendimiento. La concentración se basa principalmente en la habilidad de enfocar la atención en la tarea y evitar distracciones por estímulos internos o externos irrelevantes, como los abucheos del público, errores recientes del equipo o comportamientos antideportivos de los oponentes. Prácticamente todos los eventos externos generan un cambio cognitivo y emocional en el deportista. Debido a la constante interacción con el entorno, es esencial que los profesores, entrenadores y psicólogos deportivos entrenen a los atletas para enfrentar estos desafíos bajo presión, lo cual exige una atención sostenida por parte del deportista.

## **CONCLUSIONES**

La atención es esencial para fomentar el pensamiento crítico y la implicación activa en el proceso de enseñanza-aprendizaje; los estudiantes lo demuestran cuando tienen la idoneidad de analizar y evaluar cualquier información, además demuestran una participación constante en las clases.

La atención dirige la concentración hacia lo específico de manera voluntaria; es decir, los estudiantes no solo van a ser capaces de estar centrados a una actividad que les atraiga mucho, como por ejemplo el Fútbol y el Vóleybol, sino que también van a ser capaces de centrarse voluntariamente en otras actividades que no les atraigan pero que requieren ser llevadas a cabo.

De la atención depende el resto de actividades del procesamiento de la información. Es decir, los estímulos llegan del exterior por medio de la atención y la información se aloja en uno de los almacenes de la memoria, para luego ser interpretada y se emita una respuesta.

Los estudiantes que están más atentos en las clases, son los que adquieren mayores conocimientos, con ello contribuyen al logro del propósito de aprendizaje; en el caso del área de Educación Física, se facilita para que los juegos, deportes, ejercicios y demás actividades que sirven como medios para el logro de los aprendizajes, se desarrollen de una manera más amena y dinámica. Es importante entonces que los educadores utilicen estrategias que incentiven en todo momento la atención de los estudiantes y en efecto veamos estudiantes centrados y satisfechos en las clases.

## REFERENCIAS

- Alvarado, I., & Salas, T. (2023). *Distractores del aprendizaje en el aula de clases de niños y niñas de 5 años de edad*. Escuela de Educación Superior Pedagógica Pública. Lamas-Perú.  
<http://repositorio.iespplamas.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14465/27/TRABAJO%20DE%20INVESTIGACION.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Benites, J. (2018). *Mejora de la atención y concentración de los alumnos de segundo grado de Educación Primaria en la I.E. 20534 "Señor Cautivo de Ayabaca"*. [Tesis de maestría, Universidad Nacional Pedro Ruiz Gallo]. Repositorio Institucional.  
<https://repositorio.unprg.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12893/6698/BC-TES-TMP-2035%20BENITEZ%20CARDOZA.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Bernabéu, E., (2017), *La Atención y la Memoria como Claves del Proceso de Aprendizaje*. Aplicaciones para el Entorno Escolar. ReiDoCrea. Universidad Francisco de Victoria.  
<https://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/47141/6-2-3.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Csikszentmihalyi, M. (2000). *Más allá de la aburrida y la ansiedad: Experimentar flujo en el trabajo y el juego* (2a ed.). Jossey-Bass.  
<https://archive.org/details/beyondboredomanxcsik>
- Dewey, J. (1916). *Democracia y educación: introducción a la filosofía de la educación*. La compañía Macmillan.  
<https://www.gutenberg.org/cache/epub/852/pg852-images.html#link2HCH0012>
- Espinoso, J. (2019). *China experimenta con diademas cerebrales que miden la atención de los estudiantes en clase*. El Mundo.  
<https://www.elmundo.es/papel/2019/09/20/5d845b2afdddf539b8b463d.html>
- Flores, E. (2016). *Proceso de la atención y su implicación en el proceso de aprendizaje*. Revista Didasc@lia: D&E. Publicación cooperada entre CEDUT- Las Tunas y CEdeG-Granma, CUBA.  
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6650939.pdf>
- González, M., (2012). *Relevancia de la Motricidad en la Atención*. Trabajo de Master en Neuropsicología y Educación. Universidad Internacional de la Rioja. Facultad de Educación. Madrid.  
[https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/257/Gonzalez\\_MariaJesus.pdf?sequence=1](https://reunir.unir.net/bitstream/handle/123456789/257/Gonzalez_MariaJesus.pdf?sequence=1)

- Luna, E., Salgado, P., & Moyano, M. (2023). *La atención para el aprendizaje. ¿Cómo mejorarla?* Esprint Investigación. 3.+La+atención+para+el+aprendizaje+maquetado.pdf
- Londoño, L., (2009). *La atención: un proceso psicológico básico*. Editorial Academia. Colombia.  
<https://dspace.uib.es/xmlui/bitstream/handle/11201/150730/555786.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Lubary, J., (2016). *La Atención en el Aprendizaje*. Comunicaciones Científicas y Tecnológicas. Universidad Nacional del Nordeste. Argentina.  
[https://repositorio.unne.edu.ar/xmlui/bitstream/handle/123456789/28664/RIUNNE\\_FAU\\_AR\\_Lubary\\_JM.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.unne.edu.ar/xmlui/bitstream/handle/123456789/28664/RIUNNE_FAU_AR_Lubary_JM.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- Machado, M., et al (2021), *consideraciones teóricas sobre la concentración de la atención en educandos*. Universidad de Sancti Spíritus “José Martí Pérez”. Cuba.  
[https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu\\_desarrollo/anteriores/59/59\\_Machado.pdf](https://www.cucs.udg.mx/revistas/edu_desarrollo/anteriores/59/59_Machado.pdf)
- Medranda, J., & Antón, L. (2020). *Mejora de la capacidad de atención en estudiantes mediante un programa de juegos predeportivos*. Investigación mixta y de campo en la Unidad Educativa Fiscal Franklin Delano Roosevelt. Revista Cognosis, volumen V. 2020. 2363-Versión maquetada en PDF-11174-2-10-20210604.pdf
- Ministerio de Educación, (2017). *Programa Curricular de Educación Primaria*. Lima, Perú.  
[https://www.dreapurimac.gob.pe/inicio/images/ARCHIVOS2017/106-inclusion/Programa\\_curricular\\_de\\_educacion\\_Primaria\\_parte\\_1.pdf](https://www.dreapurimac.gob.pe/inicio/images/ARCHIVOS2017/106-inclusion/Programa_curricular_de_educacion_Primaria_parte_1.pdf)
- Ministerio de Educación, (2017). *Currículo Nacional de la Educación Básica*. Lima, Perú. <http://www.minedu.gob.pe/curriculo/pdf/curriculo-nacional-de-la-educacion-basica.pdf>
- Morilla, M., et al. (2002). Entrenamiento de la atención y concentración, una propuesta para Fútbol. Efdportes.com  
<https://www.efdeportes.com/efd51/atenc.htm>
- Piaget J. & Inhelder B., (1997), *La Psicología del niño*. Ediciones Morata, S. L. Madrid.  
<https://www.pensamientopenal.com.ar/system/files/2014/12/doctrina38882.pdf>
- Pérez, R., et al. (2015). *Aproximación Epistemológica al Déficit de Atención en la Educación Física*. OLIMPIA. Revista de la Facultad de Cultura Física de Granma. Vol. XII No. 38  
<https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/6210430.pdf>

- Picado, A., et al. (2015), *Los medios distractores en el aula de clase*. Universidad Nacional Autónoma de Nicaragua. Revista Universidad y Ciencia. <https://www.camjol.info/index.php/UYC/article/view/4538>
- Real Academia Española. (2024). *Diccionario de la lengua española*. <https://dle.rae.es>
- Salas (2018), *La atención en el aula desde la neurociencia: su aplicación para Educación Infantil*. Universidad Pontificia ICAI-ICADE, COMILLAS. Madrid. <https://repositorio.comillas.edu/jspui/bitstream/11531/22349/1/TFG-%20Salas%20Gorines%2C%20Daniel.pdf>
- Sarmiento, A., & Montoya, R. (2015). *Análisis de la influencia de los juegos populares en la atención de estudiantes del grado transición en la I.E. Tabora, Bogotá*. Revista Educación y Desarrollo Social. Investigación para optar el título de Licenciado en Educación Física Recreación y Deportes. Universidad Libre de Colombia, Facultad de Ciencias de la Educación. <https://repository.unilibre.edu.co/bitstream/handle/10901/8475/Mejora%20de%20la%20atenci%C3%B3n%20por%20medio%20de%20juegos%20populares%20en%20ni%C3%B1os%20y%20ni%C3%B1as%20de%20Transici%C3%B3n%20del%20colegio%20T2.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Vygotsky L. (1978). *La mente en la sociedad: el desarrollo de procesos psicológicos superiores*. Harvard University Press. <https://archive.org/details/mindinsocietydev0000vygo>
- Willingham T. (2009). *¿Por qué no les gusta la escuela a los estudiantes? Un científico cognitivo responde preguntas sobre cómo funciona la mente y qué significa para el aula*. Jossey-Bass. <https://archive.org/details/whydontstudentsl0000will>