

**Implementación de pausas activas con actividades lúdicas para el fortalecimiento de la
comprensión lectora**

Ana Eusebia García Moreno

Asesor

Laura Bibiana Calderón Medina

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de Ciencias de la Educación ECEDU

Licenciatura en pedagogía infantil LIPI

2025

Resumen

Este documento es el resultado de un ejercicio de investigación formativa, desarrollado como opción de grado, que permitió reflexionar sobre la práctica pedagógica y la investigación educativa. El estudio se llevó a cabo en la Institución Educativa Samoré, trabajando con los estudiantes de tercer grado de educación primaria. El objetivo general fue fortalecer la comprensión lectora en los estudiantes de tercer grado de la Institución Educativa Samoré mediante la implementación de pausas activas con actividades lúdicas durante el primer trimestre del año 2025; a tales fines se utilizó un enfoque cualitativo y experimental en el que se puso en práctica las pausas activas por medio de actividades lúdicas reconociendo sus efectos en la comprensión lectora. A partir de este ejercicio investigativo, se concluyó que las pausas activas implementadas con las diferentes actividades y recursos lúdicos si lograron activar la comprensión lectora en los estudiantes de grado tercero, quienes se motivaron a estar más atentos a las lecturas desarrolladas para luego competir con sus compañeros en las estrategias lúdicas de las pausas activas y responder, en su mayoría, de forma acertada.

Palabras clave: Pausa, actividad, comprensión, lectura, lúdica.

Abstract

This document is the result of a formative research exercise, developed as a degree option, which allowed for reflection on pedagogical practice and educational research. The study was conducted at the Samoré Educational Institution, working with third-grade primary school students. The overall objective was to strengthen reading comprehension among third-grade students at the Samoré Educational Institution by implementing active breaks with recreational activities during the first quarter of 2025. To this end, a qualitative and experimental approach was used, in which active breaks were put into practice through recreational activities, recognizing their effects on reading comprehension. Based on this research exercise, it was concluded that active pauses implemented with different recreational activities and resources did activate reading comprehension in third-grade students. They were motivated to pay more attention to the readings they were reading and then compete with their classmates in the recreational strategies of active pauses, mostly responding correctly.

Keywords: Pause, activity, comprehension, reading, playful.

Tabla de Contenido

Introducción.....	7
Caracterización	9
Planteamiento del Problema	12
Pregunta de Investigación.....	16
Objetivos.....	17
Objetivo General	17
Objetivos Específicos	17
Marcos de Referencia.....	18
Referentes Conceptuales.....	18
Referentes Teóricos	20
Referentes Técnicos.....	22
Referentes Legales.....	22
Referentes Éticos	22
Herramientas y Métodos	25
Enfoque y Tipo de Estudio	25
Unidad de Análisis	25
Técnicas para la Recolección de Datos	26
Categorías para el Análisis de Datos	27
Resultados.....	29
Acercamiento de la Población a la Variable.....	29
Experimentación.....	30
Identificación de Variaciones.....	31

Análisis y Discusión.....	33
Conclusiones y Recomendaciones	36
Referencias Bibliográficas.....	38
Apéndices	40

Lista de Apéndices

Apéndice A <i>Muestras de investigación</i>	40
--	----

Introducción

La lectura es una habilidad muy importante que acompaña durante toda la vida. A partir de esta, no solo permite aprender y descubrir cosas nuevas, sino que también ayuda a imaginar, a sentir y a conectar con otras personas. Su importancia en el contexto educativo es de amplio efecto, pues es base para la adquisición del conocimiento y la formación de los perfiles de egreso de los diferentes niveles educativos.

En esta investigación se pretende mejorar la comprensión lectora, es decir, la capacidad que se tiene o se logra desarrollar para entender de manera profunda lo que se lee. Esto puede lograrse a través de diferentes actividades y textos interesantes, y así fortalecer las habilidades para encontrar información, entender ideas y disfrutar aún más de la lectura. De este modo, las estrategias para fortalecer la comprensión lectora, a través de la lúdica en las pausas activas, demuestra ser una gran perspectiva para el mejoramiento de los estudiantes en dicho sentido, lo cual se amerita en los niños del tercer grado de educación primaria de la Institución Educativa Samoré, municipio Toledo, departamento del Norte de Santander; pues se ha evidenciado a partir de la observación, la limitada comprensión lectora que demuestran en sus actividades escolares.

Para efectos de esta investigación, se plantearon el objetivo general y los específicos. El objetivo general fue fortalecer la comprensión lectora en los estudiantes de tercer grado de la Institución Educativa Samoré mediante la implementación de pausas activas con actividades lúdicas durante el año 2025. Los objetivos específicos fueron: explorar el acercamiento de los estudiantes de tercer grado a las pausas activas con actividades lúdicas como estrategia pedagógica para la comprensión lectora; movilizar la comprensión lectora a través de la experimentación con pausas activas en el aula; y, reconocer los cambios en la comprensión

lectora de los estudiantes de tercer grado tras la implementación de pausas activas con actividades lúdicas.

De la aplicación de las estrategias lúdicas en las pausas activas se logró motivar a los estudiantes de grado tercero a estrechar sus lazos de agrado y emoción por la lectura, del mismo se fortaleció la comprensión lectora como parte fundamental para la adquisición del conocimiento a través de la lectura profunda. Es por ello que se le invita a usted lector, para que disfrute la lectura de esta investigación, pues resulta de importancia para que observe todos los procedimientos realizados, con los cuales se lograron importantes resultados en el logro de la comprensión lectora.

Caracterización

La Institución Educativa Samoré, se encuentra ubicada en el corregimiento de Samoré, municipio de Toledo del departamento del Norte de Santander. Se trata de un colegio técnico enfocado en la formación de líderes agropecuarios mediante capacitaciones en producción agropecuaria y certificaciones del SENA. Se halla en una zona rural apartada, y atiende a 300 estudiantes desde preescolar hasta grado 11, promoviendo la integración intercultural entre poblaciones colonas e indígenas. La institución fortalece la educación agropecuaria alineando las competencias estudiantiles con el mercado laboral, fomentando la inclusión de comunidades rurales, el uso de tecnologías apropiadas y estrategias de formación adaptadas al contexto. Asimismo, incentiva la participación en proyectos productivos y la aplicación de metodologías innovadoras para garantizar una educación de calidad. Como espacio de aprendizaje integral, la institución fusiona saberes ancestrales con tecnologías modernas para mejorar oportunidades educativas y laborales, asegurando una formación pertinente y efectiva.

Para efectos de este estudio, se trabaja con el grupo de grado tercero, el cual está conformado por nueve estudiantes, niños y niñas de diversas condiciones sociales y económicas. A partir de la observación se ha detectado que la demanda del aprendizaje se halla en la comprensión lectora, donde se ha trabajado en el fortalecimiento estrategias para ello, indagando que algunos estudiantes presentan mayores dificultades que otros. A través de un acompañamiento cercano y adaptado a sus necesidades, se ha fomentado el desarrollo de habilidades de lectura y comprensión, respetando los ritmos individuales de aprendizaje. El grupo se caracteriza por su diversidad, entusiasmo y disposición para aprender, creando un ambiente de inclusión y apoyo mutuo.

Sin embargo, algunos factores contextuales pueden predisponer el aprendizaje hacia condiciones limitantes que lo exponen a ser vulnerable. En este sentido, se conoce que, en dicho contexto, es decir, el aula, se comparten los grados segundo y tercero en un mismo salón con una única docente, lo cual dificulta la atención individualizada y la gestión del tiempo para desarrollar los temas planificados, que no pueden ser en conjunto. Además, se observa hiperactividad e indisciplina, convirtiéndose en constantes desafíos, pues mientras la profesora trabaja con un grupo, el otro puede generar desorden y conflicto, limitando así, la concentración, la atención y el ritmo de enseñanza. Por tanto, esto afecta el avance en los contenidos y la profundización en áreas clave como la comprensión lectora, donde algunos estudiantes requieren mayor refuerzo. Ante esta situación, es fundamental fortalecer estrategias pedagógicas que permitan una mejor organización del aula, así como contar con el apoyo de las familias para reforzar el aprendizaje en casa, especialmente en el desarrollo de la lectura y el fortalecimiento de la disciplina académica.

Otros factores contextuales que afectan la práctica, es la falta de apoyo de algunos padres, lo que impacta en el refuerzo de habilidades fundamentales como el fortalecimiento de la comprensión lectora en el hogar. Muchos niños carecen del acompañamiento necesario para consolidar lo aprendido en el aula, lo cual también dificulta su progreso académico. Además, la disciplina en el salón representa otro reto significativo, ya que algunos estudiantes presentan dificultades para seguir normas básicas de convivencia y atención, lo que interfiere con el desarrollo adecuado de las actividades pedagógicas. Asimismo, se observa una limitada disponibilidad de recursos didácticos, lo que restringe las oportunidades de aprendizaje activo y significativo. De este modo, la falta de materiales adecuados impide la implementación de estrategias innovadoras que favorezcan la participación y el interés de los niños. Estos factores,

en conjunto, inciden en el proceso de enseñanza y aprendizaje, haciendo necesario el diseño de estrategias que fomenten el compromiso de las familias, la organización del aula y la optimización de los recursos disponibles.

Planteamiento del Problema

Los niños y niñas del tercer grado se caracterizan por ser alegres e inteligentes, además, avanzan progresivamente en sus aprendizajes diarios, también, desarrollan habilidades en matemáticas, como sumas y restas, y con ciertas dificultades conllevan algunas de las habilidades en lectura y escritura. La docente a cargo es puntual y responsable, y se planifica diariamente con una temática específica, en la cual, los estudiantes participan activamente en clases motivadoras y divertidas. Se destaca un ambiente en el aula particularmente agradable y propicio para el aprendizaje, observando que entre los estudiantes existe la unión y el compañerismo, quienes trabajan en grupo y se apoyan mutuamente. De este modo, se evidencia un ambiente de respeto y sinergia en el aula.

Es de destacar que, en la mencionada aula de tercer grado, las estrategias pedagógicas utilizadas son bastante tradicionales, basadas en libros, cartillas, fotocopias y guías, siguiendo una malla curricular que establece específicamente lo que se debe enseñar semanalmente en el aula. Estos métodos funcionan porque se enfocan en enseñar a los estudiantes a memorizar información para aprobar exámenes, pues una buena calificación es sinónimo de aprovechamiento. Sin embargo, al trabajar con estudiantes más pequeños, se buscan métodos pedagógicos que fomenten la diversión y el interés por el aprendizaje, pues se acostumbran a un ciclo repetitivo de aprender, repasar y evaluar.

Sin embargo, uno de los principales problemas identificados es la falta de motivación hacia la lectura, además de la monotonía en las estrategias pedagógicas utilizadas en el aula. Si bien las prácticas tradicionales, como la lectura en voz alta, los dictados y la resolución de ejercicios escritos, han demostrado cierta efectividad, estas pueden volverse repetitivas y poco atractivas para los niños. Esto genera como resultado, que muchos estudiantes pierdan el interés

por la lectura, lo que dificulta la adquisición de habilidades esenciales como la comprensión lectora, la inferencia, el análisis crítico y la fluidez lectora.

En el aula, se ha comprobado que algunas prácticas han demostrado ser efectivas para mejorar la comprensión lectora de los estudiantes. Así se destacan, estrategias como la lectura diaria con conteo de palabras por minuto, el uso de videos educativos y diapositivas, así como la inclusión ocasional de juegos, han generado resultados positivos, pues fomentan el interés y la comprensión del contenido. Estas dinámicas permiten que los niños interactúen de manera más activa con los textos, facilitando la interpretación y el análisis de la información.

Sin embargo, otras estrategias tradicionales pueden ser menos efectivas y hasta desmotivadoras. El uso excesivo de planas, dictados y ejercicios mecánicos de memorización, aunque refuerzan la escritura y la ortografía, pueden volverse monótonos para los estudiantes, disminuyendo su entusiasmo por la lectura. Además, las evaluaciones convencionales, como pruebas escritas, no siempre reflejan el aprendizaje real de los niños, ya que algunos pueden obtener buenos resultados sin necesariamente haber desarrollado una comprensión profunda del texto.

Otro desafío en la mediación del aprendizaje es la falta de tiempo para implementar actividades lúdicas dentro de la jornada escolar. La necesidad de cumplir con planes curriculares rígidos y la dificultad de atender a dos grados simultáneamente pueden hacer que la enseñanza se vuelva repetitiva y limitante. De este modo, se puede mejorar al incorporar métodos activos y dinámicos, como el aprendizaje basado en proyectos, la gamificación y el uso de estaciones de aprendizaje, permitiendo que los niños se apropien del proceso de lectura de manera más significativa.

En tal sentido, para introducir una nueva variable de medición, es decir, una posible modificación a este tradicional método de enseñanza y aprendizaje, y dada la necesidad de mejorar la motivación y el desempeño en comprensión lectora, se propone la implementación de pausas activas con actividades lúdicas como una estrategia de mediación pedagógica. Estas pausas consisten en momentos breves de recreación y movimiento, diseñados para romper con la rutina del aula y facilitar la concentración y el aprendizaje activo en torno a una temática, que en este caso conviene el fortalecimiento de la comprensión lectora.

Cabe destacar que las pausas activas pueden incluir dinámicas como la dramatización de cuentos, donde los estudiantes representen escenas de una historia utilizando gestos y expresiones, o juegos de roles, en los que asuman personajes de los textos leídos para estimular su imaginación y comprensión. Otras actividades pueden incluir debates lúdicos sobre textos, lectura con entonación expresiva y juegos de narración creativa, donde los niños inventen y compartan sus propias historias de manera oral o escrita.

En concordancia con lo anteriormente planteado, la hipótesis de esta investigación plantea que la implementación de pausas activas con actividades lúdicas contribuirá al fortalecimiento de la comprensión lectora en los estudiantes de tercer grado de la Institución Educativa Samoré, mejorando su capacidad de análisis, inferencia y expresión escrita y oral, al mismo tiempo que incrementa su motivación hacia la lectura.

En resumen, la brecha de conocimiento se enfoca en la necesidad de innovar en los métodos pedagógicos tradicionales que se enfocan en la memorización, la repetición y que pueden resultar aburridos y estresantes para los estudiantes. Es necesario explorar alternativas que fomenten la motivación, la concentración y el rendimiento académico, al mismo tiempo que reduzcan el estrés asociado con la rutina escolar tradicional. La implementación de pausas

activas con carreras de obstáculos pueden ser una solución prometedora, pero es necesario investigar su efectividad y viabilidad en el aula de clase.

Pregunta de Investigación

¿Cómo fortalecer la comprensión lectora en los estudiantes de tercer grado de la Institución Educativa Samoré a través de pausas activas con actividades lúdicas durante el año 2025?

Objetivos

Objetivo General

Fortalecer la comprensión lectora en los estudiantes de tercer grado de la Institución Educativa Samoré mediante la implementación de pausas activas con actividades lúdicas durante el año 2025.

Objetivos Específicos

Explorar el acercamiento de los estudiantes de tercer grado a las pausas activas con actividades lúdicas como estrategia pedagógica para la comprensión lectora.

Movilizar la comprensión lectora a través de la experimentación con pausas activas en el aula.

Reconocer los cambios en la comprensión lectora de los estudiantes de tercer grado tras la implementación de pausas activas con actividades lúdicas.

Marcos de Referencia

Referentes Conceptuales

Es sabido que al leer se busca el sentido y la construcción de aquello que está plasmado por escrito, pero que ingresa al pensamiento para entenderlo, pues es parte de los procesos cognitivos. De esta manera, Cáceres, Donoso y Guzmán (2012) señalan que la comprensión lectora es “una de las capacidades cognitivas de mayor importancia en el desarrollo de niñas y niños en la actualidad, ya que ésta supone la base para el aprendizaje de diversas áreas del conocimiento” (p.10). Por tanto, la lectura y más aún comprenderla representan un desafío para los niños, y también lo es para las escuelas en donde se debe promover su utilidad.

También es de vital importancia darle apoyo al niño cuando comienza a leer, tanto en la escuela como en la casa, dirigiendo ciertas preguntas para verificar su comprensión lectora. Así también, no hay que dejarle toda la tarea solo a los docentes o al área de castellano y literatura, pues la comprensión lectora es buena promoverla en cualquier asignatura y en cualquier momento y lugar. Así lo destaca García (2012) al afirmar:

Es tarea responsable del profesorado, no solo, remitir de manera exclusiva la lectura comprensiva al área de Lengua Castellana y Literatura, puesto que es un proceso de aprendizaje complejo y, que en muchos casos, causa la frustración del propio alumnado y que les hace fracasar en sus estudios y se produzca así, su posterior abandono, de la vida escolar. Hay que enseñarles que leer puede resultar divertido, muy productivo, haciéndolos más competentes, eficaces y eficientes para sus vidas y para su futuro personal, cultural y profesional. Es importante la labor de las bibliotecas en los centros y que exista profesorado entusiasmado, apasionado por el arte de leer y que, anime a la lectura convirtiéndola en un hábito de vida más para nuestros alumnos y alumnas. (p.3)

Así entonces, como se observa en la cita, una lectura comprensiva se puede realizar en cualquier entorno, y de esta manera concientizar a niños y niñas, que, gracias a una buena lectura y su comprensión, se puede comprender la globalidad de las distintas disciplinas. Por esta razón, el ofrecer diversas estrategias favorece la inserción de niños y niñas en la dinámica de lectura.

En otro orden de ideas, se tienen las pausas activas, las cuales se incluyen como parte de las estrategias para motivar la comprensión lectora. Así entonces, las pausas activas se tratan de breves periodos de actividad física durante la jornada diaria de clase, las cuales son diseñadas para mejorar la salud y el rendimiento, con el objeto de reducir el sedentarismo, la fatiga y el estrés. Para Ripoll (2025), “las pausas o descansos activos son periodos cortos durante la jornada escolar en los que se detiene la actividad escolar más intelectual y sedentaria (explicaciones, preguntas, debates o ejercicios) para realizar una actividad física como bailar, saltar o estiramientos” (p.1). Es decir, las pausas activas rompen con la tranquilidad y hasta con el aburrimiento que puede presentar una clase, pudiendo hacerse por ejemplo cada 50 minutos, con una duración de 10 minutos aproximadamente.

Cabe destacar, según lo reafirma el autor que, existen múltiples beneficios de las pausas activas en las jornadas diarias de clases, una de estas es el mejoramiento del rendimiento escolar, aunque para algunas personas resulte paradójico, se ha comprobado que dicho rendimiento se produce con base en la mejora de las funciones ejecutivas: la inhibición cognitiva, la memoria de trabajo y la flexibilidad cognitiva; las cuales serían de ayuda en la resistencia de distracciones, el procesamiento de información de forma consciente y el cambio de actividad sin que se pierda la concentración.

En otro orden de ideas, se destaca que, desde las teorías del aprendizaje, así como de los aportes de profesionales reconocidos, es sabido que el juego es parte de la vida del niño, pero

que, si ese juego es dirigido mediante actividades lúdicas, puede proveer a los niños del aprendizaje para el cual se diseñan. De este modo, al resaltar el término lúdica, Romero, Escorihuela y Ramos (2009), mencionan a Motta (2004), quien expone que “la lúdica es un procedimiento pedagógico en sí mismo. La metodología lúdica genera espacios y tiempos lúdicos, provoca interacciones y situaciones lúdicas. La lúdica se caracteriza por ser un medio que resulta en la satisfacción personal a través del compartir con la otredad” (p.1).

Vale destacar que la metodología lúdica contempla el juego desde el punto de vista didáctico. Esto implica que este sea utilizado en muchos casos para manipular y controlar a los niños, dentro de ambientes escolares en los cuales se aprende jugando. Es por ello que Candela y Benavides (2020) señalan

Las actividades lúdicas constituyen un aliado poderoso para fomentar el aprendizaje de carácter significativo. La lúdica es una manera de vivir la cotidianidad, es decir sentir placer y valorar lo que acontece percibiéndolo como acto de satisfacción física, espiritual o mental. La actividad lúdica propicia el desarrollo de las aptitudes, las relaciones y el sentido del humor en las personas y predispone la atención del niño en motivación para su aprendizaje. Las actividades lúdicas llevadas al aula se convierten en una herramienta estratégica introduciendo al niño al alcance de aprendizajes con sentido en ambientes agradables de manera atractiva y natural desarrollando habilidades. (p.78).

Así entonces, se observa que las actividades lúdicas son fundamentales el propiciarlas en los espacios educativos, pues a la vez que ofrecen diversión y entretenimiento que son parte de la formación integral de los niños, también les ofrece aprendizajes los cuales pueden adquirir de una forma más amena y participativa.

Referentes Teóricos

Una valiosa teoría que aporta a esta investigación es la sociocultural de Lev Vygotsky. Así, de acuerdo con la página web Additio App (2022), Lev Vygotsky sostenía que los niños desarrollan paulatinamente su aprendizaje mediante la interacción social, pues es en este dónde aprenden otras habilidades, además de su contexto diario y familiar. Por tanto, resalta la importancia del entorno social y la interacción en el aprendizaje. Desde la perspectiva de la Teoría Sociocultural, el aprendizaje se da a partir de la socialización, “en la que los alumnos construyen sus conocimientos a partir de los saberes previos, pero de forma inseparable al contexto en el que se producen y como consecuencia de una interacción social” (p.1). Así, en el contexto de este estudio, las pausas activas con actividades lúdicas facilitan la mediación pedagógica y la construcción de conocimientos a partir del juego.

Además de la valiosa teoría de Vygotsky, se tienen la de Ausubel (1983), la cual también sustenta la presente investigación. Ausubel, con su teoría del aprendizaje significativo, muestra el aprendizaje humano como el centro de todo, y dentro de la epistemología constructivista se halla la estructura del conocimiento, así como también la producción del conocimiento; de allí que esta teoría afirma que el conocimiento no se debe implantar sino construir a partir de los aprendizajes previos y con la mediación de un tutor o un par que tenga más conocimiento.

Ahora bien, dentro del aprendizaje humano Ausubel pudo evidenciar la amplia diferencia que hay entre el aprendizaje memorístico y el aprendizaje significativo. Del aprendizaje memorístico destacó que, este aprendizaje era el que se daba sobre todo en los tiempos de la epistemología positivista, basado en la memorización de conceptos a ser evaluados y que muchas veces los estudiantes no entendían, lo cual conlleva a que se pueda olvidar fácilmente, produciendo un desempoderamiento e interferencia hacia el nuevo aprendizaje.

De este modo entonces, Ausubel plantea que el nuevo conocimiento se integra con las estructuras cognitivas previas, y es así como se produce el nuevo aprendizaje denominado aprendizaje significativo. En tal sentido, al aplicar las pausas activas permiten reforzar la comprensión lectora al asociar conceptos a experiencias lúdicas, y los conocimientos previos, favoreciendo la retención y el aprendizaje significativo.

Referentes Técnicos

Entre los referentes técnicos se tienen el Ministerio de Educación Nacional de Colombia, la UNESCO y la UNICEF. En cuanto al Ministerio de Educación Nacional de Colombia, este ha desarrollado documentos técnicos que orientan la enseñanza de la lectura y escritura en la educación básica. Uno de estos es el informe sobre las competencias de lectura y escritura en niños y jóvenes, que busca mejorar la calidad de la educación en Colombia. Así, enfatiza la importancia de desarrollar habilidades de comprensión lectora desde los primeros años de la escuela para poder sentar bien las bases de los aprendizajes posteriores.

Por su parte, la UNESCO, ha elaborado informes que abordan la crisis de aprendizaje en América Latina y el Caribe, destaca que cuatro de cada cinco estudiantes de sexto grado no alcanzan niveles básicos de comprensión lectora. Estos informes proporcionan recomendaciones para abordar esta problemática y mejorar la calidad educativa en la región. En cambio, la UNICEF, ha publicado informes que alertan sobre la crisis de aprendizaje en América Latina y el Caribe, resaltando la necesidad de acciones urgentes para mitigar el impacto de la pandemia en la educación y mejorar la comprensión lectora en los estudiantes.

Referentes Legales

Entre los aspectos legales que atañen a esta investigación se encuentran: la Constitución Política de Colombia, la Ley General de Educación, el Decreto 1860 de 1994, el Decreto 1411 de

2022 y los Estándares Básicos de Competencias en Lenguaje. Según la Constitución Política de Colombia (1991), en su artículo 67, la educación es un derecho de la persona y un servicio público con función social, garantizando el acceso y la calidad educativa para todos los ciudadanos.

En cuanto a la Ley General de Educación (Ley 115 de 1994), esta regula el servicio público de la educación en Colombia. En su artículo 21, se especifican los objetivos específicos de la educación básica en el ciclo de primaria, incluyendo el desarrollo de habilidades de lectura y escritura fundamentales para la comprensión lectora. Por su parte el Decreto 1860 de 1994, reglamenta parcialmente la Ley 115 de 1994 en aspectos pedagógicos y organizativos; además, establece directrices para la implementación del plan de estudios en educación básica, enfatizando la importancia de desarrollar competencias comunicativas en los estudiantes.

Por otra parte, el Decreto 1411 de 2022, modifica el Decreto 1075 de 2015 para reglamentar la prestación del servicio de educación inicial en Colombia, incluyendo lineamientos para la educación preescolar y básica primaria, con el objetivo de garantizar una formación integral desde los primeros años de escolaridad. En cuanto a los Estándares Básicos de Competencias en Lenguaje (2006), estos definen las competencias que deben alcanzar los estudiantes en lenguaje, incluyendo la comprensión lectora, orientando a docentes en la planificación y evaluación del proceso educativo.

Referentes Éticos

La ética también forma parte de las investigaciones, por esto, se presentan los siguientes referentes éticos: Resolución 8430 de 1993, Código de Infancia y Adolescencia, Declaración de Helsinki, y, Ley 1581 de 2012. En concordancia con la Resolución 8430 de 1993 del Ministerio de Salud de Colombia, es la norma principal que regula la investigación con seres humanos en

Colombia. Clasifica las investigaciones según su riesgo (mínimo, bajo y alto) y establece la necesidad de obtener consentimiento informado de los participantes o sus representantes legales cuando se trabaja con menores de edad. Del mismo modo, garantiza la protección de la dignidad, privacidad y bienestar de los participantes.

Por su parte, el Código de Infancia y Adolescencia (Ley 1098 de 2006), establece que los derechos de los niños y niñas prevalecen sobre los de los demás. Además, en el contexto educativo, exige que cualquier intervención debe garantizar el respeto a la dignidad, privacidad, integridad y participación de los menores, considerando su bienestar como prioridad absoluta. En lo tocante a la Declaración de Helsinki (1964, actualizada en 2013), se trata de una guía ética internacional para investigaciones con seres humanos, donde destaca el principio de beneficencia y no maleficencia. En estudios educativos, implica proteger la confidencialidad y obtener autorización antes de intervenir con niños.

En otro orden de ideas, se tiene la Ley 1581 de 2012, denominada de Protección de Datos Personales, la cual regula el tratamiento de información personal en Colombia. En el ámbito educativo, exige el consentimiento de los padres o acudientes para recolectar, almacenar o divulgar datos de niños y niñas, asegurando la confidencialidad y el uso adecuado de la información.

Herramientas y Métodos

Enfoque y tipo de estudio

Este estudio se enmarcó dentro de un enfoque cualitativo de investigación-acción. La metodología cualitativa permitió analizar las percepciones, experiencias y cambios en la comprensión lectora de los estudiantes de tercer grado al implementar pausas activas con actividades lúdicas. Al respecto, Rojas (2014) expone que: “La investigación cualitativa se orienta hacia el estudio de problemas relacionados con la experiencia humana individual y colectiva; fenómenos sobre los que se conoce poco y se aspira comprender en su entorno natural” (p.58). Es decir, la investigación se desarrolló con base en la aceptación de los hechos tal como son percibidos, experimentados y vividos por los sujetos y la realidad. Además, dentro de la metodología cualitativa se desarrolló el tipo de investigación-acción debido a su capacidad para generar cambios en el aula mientras se desarrolla el estudio, permitiendo ajustes constantes.

Por otra parte, el estudio es de carácter exploratorio y descriptivo. Así, en la fase exploratoria se identificó el nivel inicial de comprensión lectora y el impacto de las estrategias tradicionales en los estudiantes. De otro modo, la fase descriptiva permitió documentar los efectos de la intervención en la motivación y el desempeño lector. Finalmente, se empleó un diseño de investigación longitudinal, donde se observó la evolución de la variable a lo largo del tiempo y evaluar su impacto en el aprendizaje. La justificación del enfoque se basó en la necesidad de comprender el fenómeno desde la perspectiva de los estudiantes y docentes, analizando su interacción en contextos reales de aprendizaje.

Unidad de Análisis

La unidad de análisis está compuesta por nueve estudiantes de tercer grado de la Institución Educativa Samoré. Estos niños y niñas pertenecen a diferentes contextos

socioeconómicos y en su mayoría presentan dificultades en la comprensión lectora. La selección de este grupo se basó en la necesidad de fortalecer sus habilidades lectoras mediante estrategias pedagógicas innovadoras, que se ubicaron en el espacio de las pausas activas. Además, se consideró la percepción de la docente a cargo, quien desempeñó un papel clave en la implementación de las estrategias y pausas activas con los recursos lúdicos diseñados para tal fin. Se tuvo en cuenta el contexto escolar, incluyendo los recursos disponibles, las metodologías utilizadas previamente y las condiciones generales del entorno de aprendizaje.

Técnicas para la Recolección de Datos

Para garantizar una recopilación de datos precisa y alineada con los objetivos del estudio, se utilizaron diversas técnicas cualitativas: observación directa y participativa, entrevistas semiestructuradas, diarios reflexivos, cuestionarios post experiencia y análisis documental. En cuanto a la observación directa y participativa, se realizó un seguimiento estructurado de las sesiones de lectura y de las pausas activas mediante registros de campo. Se tomó en cuenta y se evaluó la atención, participación y reacción de los estudiantes ante las actividades. Se registraron aspectos clave como el nivel de concentración, la colaboración entre pares y la motivación evidenciada.

En lo tocante a las entrevistas semiestructuradas, estas se aplicaron a los estudiantes y a la docente para conocer sus percepciones sobre las pausas activas y su impacto en la comprensión lectora. Se diseñaron preguntas abiertas que permitieron explorar la experiencia de los participantes, identificar sus dificultades y valorar el nivel de aceptación de la estrategia implementada. En cuanto a los diarios reflexivos, los estudiantes registraron sus experiencias diarias en torno a la lectura y las actividades lúdicas para identificar cambios en su motivación y

comprensión hacia la lectura. Estos registros permitieron un análisis más profundo sobre la evolución de su interés y comprensión lectora.

Por su parte, los cuestionarios post-experiencia, se aplicaron al finalizar la intervención para evaluar la percepción de los estudiantes sobre la efectividad de la estrategia. Se incluyeron preguntas semiestructuradas para indagar cómo fue las experiencias con las pausas activas y la comprensión lectora, tanto para docentes como para los estudiantes (ver carpeta anexa). En cuanto al análisis documental, se analizaron los registros de evaluaciones y producciones escritas de los estudiantes antes y después de la intervención. Se revisaron tareas, pruebas diagnósticas y cualquier otro documento que reflejara cambios en la comprensión lectora.

Categorías para el Análisis de Datos

Para el análisis de los datos recolectados, se han definido las siguientes categorías clave: motivación hacia la lectura, evolución de la comprensión lectora, interacción en actividades lúdicas, percepción de los participantes e impacto de la intervención. En cuanto a la categoría motivación hacia la lectura, se evaluó el nivel de interés y disposición de los estudiantes antes, durante y después de la intervención. Se analizó la frecuencia y calidad de la participación en actividades de lectura.

Por su parte, en la categoría evolución en la comprensión lectora, se analizaron los cambios en la capacidad de los estudiantes para realizar inferencias, interpretar textos y expresar ideas de manera estructurada. Se tomaron en cuenta niveles de comprensión literal, inferencial y crítico. En lo tocante a la interacción en actividades lúdicas, se estudió el grado de participación y colaboración de los estudiantes en las pausas activas, observándose la actitud y disposición frente a las dinámicas propuestas.

En lo referente a la categoría percepción de los participantes, se analizaron las opiniones de los estudiantes y la docente sobre la eficacia de la estrategia implementada, y se identificaron posibles mejoras o ajustes según sus experiencias. En cuanto a la categoría impacto de la intervención, se identificaron los cambios significativos en la actitud, desempeño y estrategias de lectura de los estudiantes a partir de la introducción de pausas activas. Se evaluó el nivel de consolidación de los aprendizajes adquiridos y su aplicabilidad en otras áreas del conocimiento.

Estos elementos permitieron evaluar el impacto de la metodología implementada y generar recomendaciones para su posible aplicación en otros contextos educativos. Además, se espera que los resultados obtenidos contribuyan a la reflexión sobre estrategias innovadoras que favorezcan el desarrollo de la comprensión lectora en poblaciones similares, y sobre todo al hacerlo en otros espacios, como en este caso que se aplicó a través de la lúdica en las pausas activas.

Resultados

Acercamiento de la Población a la Variable

Al inicio del estudio, se llevó a cabo una fase exploratoria para conocer la percepción y relación de los estudiantes con la lectura y la comprensión lectora. A través de observaciones y entrevistas iniciales, se identificó que la mayoría de los estudiantes mostraban poco interés en la lectura, asociándola con actividades mecánicas y repetitivas. Además, se evidenció que muchos tenían dificultades para interpretar textos más allá del nivel literal, pues en las indagaciones previas hubo respuestas de algunos niños, tales como “no quiero leer eso”, “nunca entiendo nada”, “me parece aburrido leer”, “no entiendo lo que leyó”, “qué es lo que me está preguntando”, entre otras.

En los diarios reflexivos, varios estudiantes expresaron que la lectura les resultaba aburrida y difícil, principalmente debido a la falta de estrategias dinámicas en el aula. Al respecto surgieron opiniones de los estudiantes, tales como: “no entiendo las lecturas, son aburridas”, “me parece súper aburrido”, “es aburrido leer todo el tiempo”, “no entiendo esa lectura”, entre otros.

En este sentido, la docente a cargo confirmó que el grupo presentaba una actitud pasiva frente a la lectura y que los métodos tradicionales no lograban captar su atención de manera efectiva. Al respecto, en la indagación, ella respondió textualmente “necesito apoyo en eso, los niños no quieren leer, les resulta aburrido, y no me responden bien las interrogantes que les hago para ver si comprendieron la lectura”. Estos hallazgos justificaron la necesidad de implementar una estrategia innovadora que hiciera del proceso de lectura una actividad más atractiva y participativa.

Experimentación

Durante la implementación de las pausas activas con actividades lúdicas, se observó un cambio progresivo en la actitud de los estudiantes. Las dinámicas incluyeron juegos de roles, dramatización de cuentos, debates lúdicos y lectura expresiva. A medida que avanzaba la intervención, los estudiantes comenzaron a mostrar mayor interés y entusiasmo en las sesiones de lectura. En las entrevistas aplicadas luego de las intervenciones, algunos respondieron “sí me gustó mucho los juegos”, “me gustó ser la hormiga”, “entendí la lectura y me gustó mucho jugar”, “qué bien fue ser la cigarra en el cuento”, “también me gustó ser el elefante de enormes patas”, “me gustaron los cuentos y aprendí mucho”, entre otros.

En torno a estas respuestas, se confirma que, las observaciones indicaron que la participación activa y el movimiento dentro del aula contribuyeron a mejorar la concentración y la retención de información. La lectura con expresión corporal, en particular, permitió que los niños se involucraran emocionalmente con los textos, facilitando su comprensión y análisis. Este proceso se evidenció en los diarios reflexivos y en los reportes de la docente, quienes manifestaron una mayor disposición al trabajo con los textos.

De igual forma, la docente a cargo, en la entrevista aplicada luego de las intervenciones destacó la importancia de las pausas activas con actividades lúdicas de comprensión lectora, afirmando que “doy gracias a la profesora Ana por apoyarme en la comprensión lectora, mis niños se activaron mucho con las estrategias aplicadas, pues el juego resultó ser fundamental para que comprendieran las lecturas”; “su estrategia de ponerlos a hacer las mímicas de ser los personajes de las historias, fue fundamental para que las comprendieran mejor y entendieran el trasfondo del texto”, “me gustó mucho cuando mis niños interpretaron la cigarra y la hormiga, pues con ese cuento entendieron bastante el objetivo de la historia”; “me gustaría me apoyara

más con este tipo de actividades, pues veo que mis niños se pusieron más activos con las estrategias que se aplicaron”.

Identificación de Variaciones

Los resultados obtenidos tras la intervención reflejaron mejoras significativas en la motivación y comprensión lectora de los estudiantes, pues al comparar las indagaciones previas tanto con la docente como con los estudiantes y los resultados tras las experiencias desarrolladas, se evidenció un avance bastante positivo. En este sentido, no sólo se observó y se registró en los diarios reflexivos, sino que tras aplicar las entrevistas semiestructuradas las respuestas fueron contundentes y evidencian cambio de actitudes respecto al agrado por la lectura y lo fundamental de este estudio que es el cambio positivo hacia la comprensión lectora, lográndose que los niños desarrollaran comprensión lectora a partir de las pausas activas aplicadas con énfasis en lo agradable que les resultó las estrategias lúdicas.

En las encuestas post-experiencia, más del 80% de los estudiantes manifestaron que disfrutaban más de la lectura cuando estaba vinculada a actividades interactivas, mientras que los resultados en las indagaciones de la fase exploratoria denotaban palabras textuales como aburrimiento, pereza, poco entendimiento, entre otras, con las cuales se generó una perspectiva de necesidad para dar apoyo al tema de comprensión lectora a partir de las estrategias formuladas en este proyecto. Asimismo, los registros de evaluación mostraron un aumento en la capacidad de los niños para realizar inferencias y analizar el contenido de los textos, pues las diferencias luego de la aplicación de las intervenciones mejoraron significativamente con respecto a las evaluaciones practicadas en la fase exploratoria.

Además, la docente reportó que la implementación de pausas activas ayudó a reducir la apatía y la distracción en el aula, en comparación con la fase exploratoria donde la misma había

indicado la necesidad de aplicar otras estrategias para que los niños se motivaran por la lectura y también por la comprensión lectora. La docente recalcó que los estudiantes participaron de manera más espontánea en las discusiones sobre los textos y desarrollaron una actitud más positiva hacia la lectura, aspecto este que antes de las intervenciones era difícil de concretar. De este modo, se concluye que el uso de pausas activas con actividades lúdicas no sólo mejora la comprensión lectora, sino que también fomenta una experiencia de aprendizaje más significativa y atractiva para los estudiantes de tercer grado, evidenciado esto, comparando las experiencias antes y luego de las intervenciones a partir de actividades lúdicas en las pausas activas para el mejoramiento de la comprensión lectora.

Análisis y Discusión

Todo proceso de investigación educativa conlleva a unos resultados que marcan una pauta en la solución de problemáticas similares a las que se estudia. En este caso, el observar la comprensión lectora como un factor problemático en el tercer grado de educación primaria, específicamente en los estudiantes de la Institución Educativa Samoré, se observó con anterioridad la apatía por la lectura y la difícil comprensión; pero con la aplicación de las pausas activas lúdicas, el alumnado demostró mejor comprensión y mayor empatía hacia la lectura, también la docente demostró agrado por la mejora de sus estudiantes en ese sentido.

Cabe destacar que, en las observaciones previas, había déficit y apatía por lo que se quería desarrollar en las pausas activas, pues los niños evidenciaron conductas de negligencia cuando les correspondía la hora de la lectura, o bien cualquier otro proceso lector que los conllevara a la adquisición de conocimientos para realizar actividades de otras asignaturas. Sin embargo, poco a poco con la implementación de las pausas activas se fueron motivando, y luego hubo mayor motivación cuando en las pausas activas se implementaron recursos lúdicos y juego de roles para hacer referencia a la lectura previa, es decir, para desarrollar la comprensión lectora hubo más atención y esfuerzo para hacer bien lo solicitado.

Además, con la implementación de las actividades lúdicas en las pausas activas para el mejoramiento de la comprensión lectora, se puso en práctica la teoría socio cultural de Vygotsky el aprendizaje significativo de Ausubel. En cuanto a la teoría socio cultural, se practicó constantemente la interacción entre pares y con el apoyo de la practicante y la docente también se fortaleció la zona de desarrollo próximo planteada por este autor, donde la practicante en una constante interacción medió los procesos para que los estudiantes fortalecieran su comprensión lectora. Así mismo, a partir de todas estas mediaciones y del afianzamiento en la lectura e

interpretación de personajes, se logró también el aprendizaje significativo, pues los estudiantes además de interpretar mejor las lecturas, lograron aprendizajes intrínsecos en las mismas y la posible adquisición de un conocimiento más duradero en el tiempo.

Cabe destacar que, los resultados aquí encontrados demuestran una vez más las teorías intrínsecas en esta investigación. Al respecto, las pausas activas son una forma muy poderosa para despertar la apatía y pereza que producen las jornadas largas de atención, de igual forma las estrategias lúdicas aplicadas en este momento, lograron ser un atractivo de índole incomparable pues es sabido que el juego dirigido logra efectos deseados, en este caso el fortalecimiento de la comprensión lectora, la cual indudablemente a veces amerita de interacciones más activas y creativas para que se pueda obtener. Por tanto, se comprueban los referentes teóricos asociados a esta investigación.

Es posible afirmar que esta investigación pudo haber sido más amplia, si de pronto se trabajara con una mayor cantidad de estudiantes para observar y poder comparar más resultados, pero la limitada cantidad de estudiantes de grado tercero, fue con lo que pudo trabajar. Así mismo, otras posibles barreras para la investigación, fueron las horas designadas para el trabajo de la practicante con los niños, las cuales, pudieran ser ampliadas a futuro, de manera que se puedan encontrar otros hallazgos, o bien, darle más énfasis a la investigación para continuarla o para flexibilizarla y reiniciarla con otras potenciales actividades.

En otro orden de ideas, esta investigación por ser de tipo educativa, tiene bastante peso en el ámbito escolar, pues si bien pueden tomar orientaciones aquí descritas para ser aplicadas las actividades lúdicas en otros grados de educación primaria y buscar mejorar la comprensión lectora, también pueden tomar las ideas y reformularlas para ser aplicadas e incluso poder mejorar las ya aquí descritas como resultados. Y es que, es sabido que las teorías educativas

siempre están en constante evolución, pues la investigación educativa hace que siempre sean buscadas las mejoras a favor del bienestar educativo de los estudiantes.

De este modo, se concluye que, la aplicación de actividades lúdicas en las pausas activas para el fortalecimiento y desarrollo de la comprensión lectora obtuvo resultados positivos para la practicante, y beneficiosos para el estudiantado y la docente a cargo, pues los niños mejoraron significativamente en la comprensión lectora, lo cual la docente había catalogado como un déficit, pues demostraban apatía y negligencia cuando se llegaba el momento de hacerlo en clases. Así entonces, esta investigación es un valioso aporte para futuras investigaciones, o bien para que sean reformuladas las actividades, pero utilizando la lúdica y las pausas activas como motivadoras del aprendizaje.

Conclusiones y Recomendaciones

Conclusiones

Al final de esta investigación se concluye que, tanto los estudiantes como la docente a cargo, y la practicante Ana García sintieron satisfacción con las intervenciones realizadas, pues fueron de amplio beneficio para el fortalecimiento de la comprensión lectora. Este es el resultado satisfactorio que responde con certeza a los objetivos planteados en la investigación, pues hubo el acercamiento de la unidad de análisis a la variable, y las acciones desarrolladas por la practicante fueron las apropiadas, de modo que los estudiantes de grado tercero de la Institución Educativa Samoré, se motivaron por la lectura y la comprensión lectora.

Así mismo, los resultados favorables se dieron con la progresiva y acertada disposición y participación activa de la participante, quien, desde el conocimiento desarrollado en el entorno educativo, observó las fallas en la comprensión lectora, delimitó un diagnóstico, trazó un plan alternando actividades lúdicas con pausas activas, escogiendo las lecturas, evaluando resultados, entre otras acciones inherentes para llevar a buen fin la investigación. De este modo, y con la implementación y el seguimiento a las acciones planificadas, se trabajó sobre la realidad del déficit de la comprensión lectora en los estudiantes del tercer grado, logrando óptimos resultados.

Así, las intervenciones a partir de actividades lúdicas en las pausas activas, pero con el objetivo de fortalecer la comprensión lectora, fueron acertadas para el buen logro de los objetivos planteados en esta investigación. Sin embargo, el tiempo limitado de práctica y la poca cantidad de niños pudo haber afectado de alguna manera los resultados; sin embargo, esto sólo podría comprobarse al practicarlo con más niños y con menos restricciones de tiempo. Así los resultados pudieran variar, y de pronto tener otros resultados para esta investigación.

Sin embargo, esta investigación es una base sólida que sirve de antecedente para futuras investigaciones dentro de los mismos parámetros de la problemática relacionada con la comprensión lectora, por lo que, se sugiere sea tomada como base y se le pueden agregar algunas variantes para poder comparar los resultados, y mejorar estos resultados, o bien, variarlos con actividades más creativas y motivadoras.

Recomendaciones

Se sugiere a los futuros investigadores que, pueden aplicar las estrategias aquí desarrolladas en cualquier grado de primaria para potenciar la comprensión lectora, sin embargo, es de recordar que, pueden aplicar variantes dependiendo del grado por la complejidad cognitiva de los estudiantes, pero también pueden modificarse los recursos, las lecturas, e inclusive las mismas actividades lúdicas. En este caso como se propusieron en las pausas activas, y dieron buenos resultados, se sugiere que lo planificado se haga dentro de estos tiempos, o bien fuera de ellos, si se desea comprobar otras hipótesis que bien pueden ser válidas a futuro.

Referencias Bibliográficas

- Additio App (2022). *La teoría sociocultural de Vigotsky ¿Cómo la aplicamos en clase?*
<https://additioapp.com/la-teoria-sociocultural-de-vygotsky-como-la-aplicamos-en-clase/#:~:text=Lev%20Vygotsky%20sosten%C3%ADa%20que%20los,de%20vida%20rutinario%20y%20familiar.>
- Cáceres, A., Donoso, P. y Guzmán, J. (2012). *Comprensión Lectora: significados que le atribuyen los docentes al proceso de comprensión lectora en nivel básica dos.* Universidad de Chile. http://repositorio.uchile.cl/tesis/uchile/2012/cs-caceres_a/pdfAmont/cs-caceres_a.pdf
- Candela, Y., y Benavides, J. (2020). Actividades lúdicas en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los estudiantes de la básica superior. *Rehuso*, 5(3), 78-86.
http://scielo.senescyt.gob.ec/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2550-65872020000300090
- Congreso de Colombia (2006). Código de infancia y adolescencia.
<https://www.fiscalia.gov.co/colombia/wp-content/uploads/2012/01/Ley-1098-de-2006.pdf>
- Congreso de Colombia (2022). Ley 1581 de 2012: Ley para la protección de datos personales.
<https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=49981>
- Constitución Política de Colombia (1991).
http://www.unesco.org/culture/natlaws/media/pdf/colombia/colombia_constitucion_politica_1991_spa_orof.pdf
- Ministerio de Educación Nacional (1994). Ley General de Educación 115 de 1994. http://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85906_archivo_pdf.

Ministerio de Educación Nacional (1998). Lineamientos curriculares de lengua

castellana. http://www.mineduacion.gov.co/cvn/1665/articles-89869_archivo_pdf8.pdf.

Ministerio de Salud (1993). Resolución Número 8430 de 1993: normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud.

<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/lists/bibliotecadigital/ride/de/dij/resolucion-8430-de-1993.pdf>

Ripoll, J. (2025). *Las pausas activas en el aula ¿son útiles?*.

[https://www.giuntipsy.es/blog/post/utilidad-de-las-pausas-activas-](https://www.giuntipsy.es/blog/post/utilidad-de-las-pausas-activas-aula#:~:text=Las%20pausas%20o%20descansos%20activos,como%20bailar%2C%20saltar%20o%20estiramientos)

[aula#:~:text=Las%20pausas%20o%20descansos%20activos,como%20bailar%2C%20saltar%20o%20estiramientos.](https://www.giuntipsy.es/blog/post/utilidad-de-las-pausas-activas-aula#:~:text=Las%20pausas%20o%20descansos%20activos,como%20bailar%2C%20saltar%20o%20estiramientos)

Rojas, B. (2014). *Investigación Cualitativa. Fundamentos y praxis*. Editorial FEDUPEL.

<https://gsosa61.wordpress.com/wp-content/uploads/2015/11/investigacion-cualitativa-rojas-2014-comprim-1.pdf>

Romero, L., Escorihuela, Z., y Ramos, A. (2009). La actividad lúdica como estrategia pedagógica en educación inicial. *Revista digital EF deportes*.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7941825&orden=0&info=link>

Apéndices

Apéndice A

Muestras de investigación

<https://drive.google.com/drive/folders/1Iud1CwIOWy3lydaPTgEcMVQauNvJocmm?usp=sharin>

§