



UNIVERSIDAD ANDINA
NÉSTOR CÁCERES VELÁSQUEZ
ESCUELA DE POSGRADO
PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD PROFESIONAL



TRABAJO ACADÉMICO
MÉTODO SUGESTOPEDIA PARA EL APRENDIZAJE DEL
INGLÉS EN ESTUDIANTES DEL PRIMER GRADO A EN LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA HORACIO
ZEBALLOS GÁMEZ DE JULIACA, 2023

PRESENTADO POR:
ESPERANZA UGARTE NINA

PARA OPTAR EL TÍTULO DE SEGUNDA ESPECIALIDAD
PROFESIONAL EN ENSEÑANZA DEL INGLÉS COMO LENGUA
EXTRANJERA

JULIACA – PERÚ

2024



UNIVERSIDAD ANDINA
NÉSTOR CÁCERES VELÁSQUEZ
ESCUELA DE POSGRADO
PROGRAMA DE SEGUNDA ESPECIALIDAD PROFESIONAL
TRABAJO ACADÉMICO
MÉTODO SUGESTOPEDIA PARA EL APRENDIZAJE DEL
INGLÉS EN ESTUDIANTES DEL PRIMER GRADO A EN LA
INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA HORACIO
ZEBALLOS GÁMEZ DE JULIACA, 2023

PRESENTADO POR:
ESPERANZA UGARTE NINA

PARA OPTAR EL TÍTULO DE SEGUNDA ESPECIALIDAD
PROFESIONAL EN ENSEÑANZA DEL INGLÉS COMO LENGUA
EXTRANJERA

APROBADA POR:

PRESIDENTE

:



Dr. FELIX CRISTOBAL OCHATOMA PARAVICINO

PRIMER MIEMBRO

:



Dr. RICHARD CONDORI CRUZ

SEGUNDO MIEMBRO

:



Dra. YENNY ROSARIO ACERO APAZA

LINEA DE INVESTIGACIÓN

:

DIDÁCTICA INTERCULTURAL - SEG26

**RESOLUCIÓN DIRECTORAL N°385-2024-SEP-EPG/UANCV**

Juliaca, 07 de octubre del 2024.

VISTO:

El Expediente N°2024-010526 de la Egresado (a): **UGARTE NINA ESPERANZA** con DNI N°09775021 y Código N°1610100856 del Programa de Segunda Especialidad Profesional en: **ENSEÑANZA DEL INGLES COMO LENGUA EXTRANJERA** de la Sede Juliaca de la Escuela de Posgrado de la Universidad Andina "Néstor Cáceres Velásquez" de Juliaca.

CONSIDERANDO:

Que, el egresado (a) del Programa de Segunda Especialidad Profesional en: **UGARTE NINA ESPERANZA** de la Sede JULIACA de la Escuela de Posgrado de la Universidad Andina "Néstor Cáceres Velásquez" de Juliaca; Solicita sorteo de Jurados y fecha para la Sustentación de Trabajo Académico, habiendo cumplido con los requisitos para optar el Título de Segunda Especialidad Profesional;

Que, el inciso b) del Artículo N° 5 del Reglamento Específico de Titulación del Programa de Segunda Especialidad Profesional, establece la modalidad de Examen de Suficiencia y Sustentación de Trabajo Académico para optar el Título;

Que, los Artículos N° 12 al N° 21 del Reglamento Específico de Titulación del Programa de Segunda Especialidad Profesional, establecen los procedimientos para el referido Examen de Suficiencia y Sustentación de Trabajo Académico; y

En uso de las atribuciones conferidas a la Dirección en el inciso "J" del artículo 17 del Reglamento General de la Escuela de Posgrado, y el Art. 64 del Estatuto Universitario;

SE RESUELVE:

PRIMERO.- NOMBRAR a los miembros de Jurado que calificarán la Sustentación de Trabajo Académico de la egresado (a): **UGARTE NINA ESPERANZA** con DNI N°09775021 y Código N°1610100856, del Programa de Segunda Especialidad Profesional en: **ENSEÑANZA DEL INGLES COMO LENGUA EXTRANJERA** de la Sede de Juliaca, Escuela de Posgrado de la Universidad Andina "Néstor Cáceres Velásquez" de Juliaca; como se detalla en el Artículo Segundo de la presente Resolución, siendo los Jurados los siguientes Docentes:

Presidente	:	Dr. FELIX CRISTOBAL OCHATOMA PARAVICINO
Primer Miembro	:	Dr. RICHARD CONDORI CRUZ
Segundo Miembro	:	Dra. YENNY ROSARIO ACERO APAZA

SEGUNDO. - DETERMINAR que LA SUSTENTACION DE TRABAJO ACADÉMICO se llevará de acuerdo al siguiente detalle:

Fecha	:	jueves 10 de octubre del 2024
Hora	:	09:00 a.m.
Lugar	:	Aula N° 207 - EPG - UANCV - JULIACA

TERCERO. - AUTORIZAR la difusión de la presente Resolución a la Coordinación General del Programa de Segunda Especialidad Profesional e interesados.

Regístrese, comuníquese y archívese.



Dr. Leopoldo Wenceslao Condori Carr
ESCUELA DE POSGRADO

Dr. Leopoldo Wenceslao Condori Carr
DIRECTOR (a)



MÉTODO SUGESTOPEDIA PARA EL APRENDIZAJE DE LENGUAJES EN ESTUDIANTES DEL PRIMER GRADO A EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA SECUNDARIA HORACIO ZEBALLOS GÁMEZ DE JULIACA, 2023

INFORME DE ORIGINALIDAD

23%

INDICE DE SIMILITUD

20%

FUENTES DE INTERNET

3%

PUBLICACIONES

16%

TRABAJOS DEL ESTUDIANTE

FUENTES PRIMARIAS

1	Submitted to Universidad Andina Nestor Caceres Velasquez Trabajo del estudiante	14%
2	www.coursehero.com Fuente de Internet	1%
3	vdocuments.es Fuente de Internet	1%
4	repositorio.uancv.edu.pe Fuente de Internet	1%
5	editorialalema.org Fuente de Internet	1%
6	repositorio.unsa.edu.pe Fuente de Internet	<1%
7	Submitted to Universidad Internacional de la Rioja Trabajo del estudiante	<1%



Metadatos complementarios - UANCV

Trabajo Académico	
NIVELES DE DISFUNCIÓN FAMILIAR EN ESTUDIANTES DEL CENTRO DE EDUCACIÓN BÁSICA ALTERNATIVA SANTA ADRIANA CICLO AVANZADO DE JULIACA, 2024	
Datos de autor	
Nombres y apellidos	ESPERANZA UGARTE NINA
Tipo de documento de identidad	DNI
Número de documento de identidad	09775021
URL de ORCID	https://orcid.org/0009-0009-2401-0426
Datos de asesor	
Nombres y apellidos	No Aplica
Tipo de documento de identidad	No Aplica
Número de documento de identidad	No Aplica
URL de ORCID	No Aplica
Datos del jurado	
Presidente del jurado	
Nombres y apellidos	FELIX CRISTOBAL OCHATOMA PARAVICINO
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	02436114
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0002-8769-0651
Miembro del jurado 1	
Nombres y apellidos	RICHARD CONDORI CRUZ
Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	02442917
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0003-2566-3735
Miembro del jurado 2	
Nombres y apellidos	YENNY ROSARIO ACERO APAZA



Tipo de documento	DNI
Número de documento de identidad	01324434
URL de ORCID	https://orcid.org/0000-0002-9783-7733
Datos de investigación	
Línea de investigación	Gestión de la educación – SEG21
Grupo de investigación	No aplica.
Agencia de financiamiento	Sin financiamiento.
Ubicación geográfica de la investigación	<p>CEBA SANTA ADRIANA - JULIACA</p> <p>País: Perú Departamento: Puno Provincia: San Román Distrito: Juliaca</p> <p>Coordenadas: Longitud: -15.475091637987548 Latitud: -70.15380443315479</p> <p>https://maps.app.goo.gl/HBwxQ3WFQpQ2nfdSA</p> 
Año o rango de años en que se realizó la investigación	Enero del 2024 – Octubre del 2024
URL de disciplinas OCDE https://concytec-pe.github.io/Peru-CRIS/vocabularios/ocde_ford.html - Librería	<p>Educación general (incluye capacitación, pedagogía) https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.03.01</p> <p>Ciencias de la educación https://purl.org/pe-repo/ocde/ford#5.03.00</p>



INVESTIGACIÓN EN EDUCACIÓN
ESCUELA DE POSTGRADO

Dr. Segundo Ortiz Cansaya

DIRECTOR
OFICINA DE INVESTIGACIÓN - EPG



DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD Y RESPONSABILIDAD

Yo Esperanza Ugarte Nina, identificado con DNI
Nro. 09775021 en mi condición de egresado de:

- Escuela Profesional
- Programa de Segunda Especialidad,
- Programa de Maestría o Doctorado

Educación

Informo que he elaborado el/la Tesis o Trabajo de Investigación, Trabajo Académico denominada:

"Método Sugestopedia para el aprendizaje del inglés en estudiantes del primer grado A en la institución Educativa Secundaria Horacio Zeballos Gámez de Juliaca, 2023"

Es un tema original.

Declaro que el presente trabajo de tesis es elaborado por mi persona y **no existe plagio/copia** de ninguna naturaleza, en especial de otro documento de investigación (tesis, revista, texto, congreso, o similar) presentado por persona natural o jurídica alguna ante instituciones académicas, profesionales, de investigación o similares, en el país o en el extranjero.

Dejo constancia que las citas de otros autores han sido debidamente identificadas en el trabajo de investigación, por lo que no asumiré como tuyas las opiniones vertidas por terceros, ya sea de fuentes encontradas en medios escritos, digitales o Internet.

Asimismo, ratifico que soy plenamente consciente de todo el contenido de la tesis y asumo la responsabilidad de cualquier error u omisión en el documento, así como de las connotaciones éticas y legales involucradas.

El incumplimiento de lo declarado da lugar a responsabilidad del declarante, en consecuencia; a través del presente documento asumo frente a terceros, la Universidad Andina Néstor Cáceres Velásquez y/o la Administración Pública toda responsabilidad que pueda derivarse por el trabajo final presentado. Lo señalado incluye responsabilidad pecuniaria incluido el pago de multas u otros por los daños y perjuicios que se ocasionen.

Juliaca 16 de Diciembre del 2024


FIRMA (obligatoria)





DEDICATORIA:

A Dios, por su amor y haberme
dado su bendición.



AGRADECIMIENTO:

A los docentes de la Universidad Andina "Néstor Cáceres Velásquez" de la Escuela de Posgrado, de la Segunda Especialidad Profesional en: "Enseñanza del Inglés como Lengua Extranjera".



ÍNDICE

ÍNDICE v
RESUMEN vii
ABSTRACT ix
INTRODUCCIÓN xi

CAPÍTULO I

ASPECTOS GENERALES DEL TRABAJO ACADÉMICO

1.1 TÍTULO DEL TRABAJO ACADÉMICO..... 14
 1.1.1 Institución educativa donde se ejecuta..... 14
 1.1.2 Duración..... 14
 1.1.3 Grado, sección y número de estudiantes 14
1.2 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA..... 15
1.3 JUSTIFICACIÓN DEL TRABAJO ACADÉMICO 16
1.4 OBJETIVOS 18
 1.4.1 Objetivo general..... 18
 1.4.2 Objetivos específicos 18

CAPÍTULO II

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

2.1 BASES TEÓRICAS..... 20
 2.1.1. Teorías que sustentan la sugestopedia..... 20
 2.1.2. Origen de la sugestopedia 23
 2.1.3. La sugestopedia..... 24
 2.1.4. Importancia del método de sugestopedia para el aprendizaje del inglés
 29
 2.1.5. Efectos de la Enseñanza sugestopédica..... 31
 2.1.6. Características de Sugestopedia 34
 2.1.7. Actividades del método de sugestopedia para mejorar las destrezas en
 el aprendizaje del idioma inglés..... 35



2.2 DEFINICIÓN DE TÉRMINOS BÁSICOS 38

 2.2.1 Suggestopedia 38

 2.2.2 Sugestión 38

 2.2.3 Aprendizaje a Nivel Subconsciente 38

 2.2.4 Entorno Positivo y Relajado 38

 2.2.5 Vigilia Incrementada 39

 2.2.6 Material Auténtico 39

 2.2.7 Comprensión Pasiva 39

 2.2.8 Relajación Profunda 39

 2.2.9 Role-playing 39

 2.2.10 Material de Soporte 40

 2.2.11 Ritmo y Música de Fondo 40

 2.2.12 Autoestima Positiva 40

 2.2.13 Feedback Constructivo 40

 2.2.14 Desinhibición Emocional 41

 2.2.15 Relajación Dinámica 41

CAPÍTULO III

PLANIFICACIÓN, EJECUCIÓN Y RESULTADOS DE LAS ACTIVIDADES PEDAGÓGICAS

3.1. PLANIFICACIÓN Y EJECUCIÓN DE RESULTADOS 42

 3.1.1. Unidad de aprendizaje 44

 3.1.2 Sesiones de aprendizaje 47

3.2 RESULTADOS DE LAS ACTIVIDADES PEDAGÓGICAS 64

CONCLUSIONES

RECOMENDACIONES

REFERENCIAS

ANEXOS



RESUMEN

El trabajo académico titulado método sugestopedia para el aprendizaje del inglés en estudiantes del primer grado a en la Institución Educativa secundaria Horacio Zeballos Gámez de Juliaca, 2023, basado en el enfoque de la enseñanza del idioma inglés en base a la sugestión y psicología, para ello se ha planteado el objetivo de Implementar el método sugestopedia en el aprendizaje del inglés en educandos del Primer grado "A" de la Institución Educativa Secundaria Horacio Zeballos Gámez de Juliaca, 2023. A través del fomento de habilidades lingüísticas, la confianza y la autoestima. Para ello se usa la metodología de la sugestopedia, como un enfoque educativo que combina la sugestión y la relajación para facilitar el aprendizaje en un ambiente positivo sin estrés. La forma o diseño de trabajo se resume en la presentación y aplicación de sesiones de aprendizaje que incluyen actividades de comprensión de textos, la interacción oral, la producción de textos escritos, la enseñanza de símbolos fonéticos y adjetivos. La población se circunscribe a los estudiantes del del primer grado "A" de la Institución Educativa Secundaria Horacio Zevallos Gámez de Juliaca. La técnica empleada para el logro de los objetivos incluye actividades como lectura de textos auténticos, audición de material grabado, roleplaying y proyectos creativos, así como la aplicación de una lista para verificar y evaluar las capacidades de los estudiantes en la identificación de sonidos iniciales y la pronunciación de letras y palabras. Como resultados del trabajo académico resaltamos que la implementación de la Sugestopedia mostró que ayuda a los estudiantes a retener información variada y al desarrollo de habilidades personales lingüísticas de manera efectiva, creando un ambiente de aprendizaje



positivo. Concluimos indicando que el método de la sugestopedia es valioso para fomentar la confianza y la motivación en el aprendizaje del idioma inglés, También de concluye que uno de los principios fundamentales del método es mejorar los sentimientos de relajación y confianza de los estudiantes. Los errores de los estudiantes se corrigen con suavidad, y el maestro utiliza una voz suave, El método sugestopedico se considera una actividad muy importante y sencilla de aplicar, porque mediante este método se desarrollan las capacidades de mejorar la concentración que conduce al super aprendizaje como en el área de inglés, Se aplicó el método de la sugestopedia y se empleó eficazmente para enseñar vocabulario a los alumnos, en un entorno ambiental adecuado.

Palabras clave: Aprendizaje del inglés, Método sugestopedia



ABSTRACT

The academic work entitled suggestopedia method for learning English in first grade students at the Horacio Zeballos Gámez Secondary Educational Institution of Juliaca, 2023, based on the approach to teaching the English language based on suggestion and psychology, for this The objective has been set to implement the suggestopedia method in learning English in students of the First grade "A" of the Horacio Zeballos Gámez Secondary Educational Institution of Juliaca, 2023. Through the promotion of linguistic skills, confidence and self-esteem. To do this, the suggestopedia methodology is used, as an educational approach that combines suggestion and relaxation to facilitate learning in a positive environment without stress. The form or design of work is summarized in the presentation and application of learning sessions that include text comprehension activities, oral interaction, the production of written texts, the teaching of phonetic symbols and adjectives. The population is limited to students of the first grade "A" of the Horacio Zeballos Gámez Secondary Educational Institution of Juliaca. The technique used to achieve the objectives includes activities such as reading authentic texts, listening to recorded material, roleplaying and creative projects, as well as the application of a list to verify and evaluate the students' abilities in identifying initial sounds and the pronunciation of letters and words. As results of the academic work, we highlight that the implementation of Sujestopedia showed that it helps students retain varied information and develop personal linguistic skills effectively, creating a positive learning environment. We conclude by indicating that the subjectopedia method is valuable in promoting confidence and motivation in learning the English language. We also conclude that one of the



fundamental principles of the method is to improve students' feelings of relaxation and confidence. The students' errors are corrected gently, and the teacher uses a soft voice. The suggestive method is considered a very important and easy activity to apply, because through this method the abilities to improve concentration are developed, which leads to super learning as In the area of English, the suggestopedia method was applied and was used effectively to teach vocabulary to students, in an appropriate environmental environment.

Keywords: Learning English, Suggestopedia Method



INTRODUCCIÓN

La sugestopedia es un enfoque de enseñanza basado en la sugestión y la psicología que facilita la adquisición de conocimiento. En el aprendizaje del inglés, este método puede ser muy útil al mejorar la capacidad de aprendizaje de los estudiantes de manera significativa. Uno de los principios clave de la sugestopedia es crear un ambiente relajado y positivo para el aprendizaje, utilizando música suave, iluminación tenue y una decoración agradable. Se fomenta el uso de técnicas de relajación y visualización para facilitar el proceso de aprendizaje y se emplean materiales de alta calidad para estimular la atención y la memoria de los estudiantes.

Los profesores desempeñan un papel esencial en este método al crear un ambiente propicio, estimular la participación de los estudiantes y ofrecer retroalimentación constante. Se promueve el aprendizaje a través de la música y el canto, y se utiliza la sugestión positiva para reforzar la confianza y la autoestima de los estudiantes. La colaboración, el trabajo en equipo y la repetición constante de la información son elementos fundamentales en la sugestopedia para facilitar la memorización y mejorar la capacidad de los estudiantes para adquirir nuevos conocimientos. En resumen, la sugestopedia es un método eficaz para el aprendizaje del inglés, ya que permite a los estudiantes mejorar su capacidad de aprendizaje de manera más rápida y efectiva, al tiempo que refuerza su confianza y autoestima.

La metodología de Sugestopedia en la enseñanza del inglés en primer grado en la Institución Educativa Secundaria Horacio Zeballos Gámez de



Juliaca. Se ha diseñado las clases de manera que los estudiantes se sientan cómodos y relajados, utilizando música suave, colores agradables y materiales visuales atractivos. Además, se ha fomentado la participación activa de los alumnos en clase a través de juegos, dinámicas y actividades lúdicas que estimulan su creatividad y curiosidad. En el cual se ha utilizado técnicas de visualización y relajación para reducir el estrés y la ansiedad asociados al aprendizaje de un idioma extranjero. También se ha promovido la interacción entre los estudiantes y se ha creado oportunidades para practicar el idioma de manera auténtica y significativa, como realizar dramatizaciones, debates o juegos de rol en inglés.

En resumen, la Sugestopedia en la enseñanza del inglés en primer grado tiene como objetivo crear un ambiente estimulante y motivador que favorezca el aprendizaje de manera efectiva y significativa.

El capítulo I del trabajo abarca los objetivos, la introducción al tema, la justificación de la investigación, la metodología empleada y la estructura general del trabajo.

En el capítulo II se desarrolla la fundamentación teórica del tema, se realiza un análisis de la literatura existente, se definen los conceptos clave y se establece una base teórica sólida para el desarrollo del trabajo.

En el capítulo III se detalla el plan de trabajo de manera práctica, se presenta un cronograma de actividades detallado, se explican las sesiones de trabajo planeadas, y se describen las unidades de aprendizaje que se abordarán a lo largo del trabajo.



Por último, en las conclusiones se presentan los resultados obtenidos, se proponen sugerencias para futuras investigaciones, se incluye la bibliografía utilizada y se adjuntan los anexos necesarios para complementar la información expuesta en el trabajo académico.



CAPÍTULO I

ASPECTOS GENERALES DEL TRABAJO ACADÉMICO

1.1 TÍTULO DEL TRABAJO ACADÉMICO

**MÉTODO SUGESTOPEDIA PARA EL APRENDIZAJE DEL INGLÉS EN
ESTUDIANTES DEL PRIMER GRADO A EN LA INSTITUCIÓN EDUCATIVA
SECUNDARIA HORACIO ZEBALLOS GÁMEZ DE JULIACA, 2023**

1.1.1 Institución educativa donde se ejecuta

IES Horacio Zeballos Gámez

1.1.2 Duración

Fecha de inicio : Octubre del 2023

Fecha de finalización : Diciembre del 2023

1.1.3 Grado, sección y número de estudiantes

Grado : Primer

Sección : "A"



N° de estudiantes : 30

1.2 DESCRIPCIÓN DEL PROBLEMA

El conocimiento del inglés como lengua extranjera en los establecimientos educativos públicos del Perú, y principalmente en la Institución de Educación Secundaria Horacio Zeballos Gámez de Juliaca, enfrenta más de una situación exigente. En el primer grado "A", se ha encontrado que los escolares presentan dificultades considerables para desarrollar los cuatro talentos comunicativos esenciales: **hablar, escuchar, leer y escribir en inglés**. Estas dificultades se reflejan en bajos niveles de información, falta de motivación para aprender el idioma y, en muchos casos, un alto nivel de ansiedad en el proceso de aprendizaje.

El entrenamiento tradicional inglés en este contexto ha tendido a centrarse en técnicas formales y repetitivas que no fomentan constantemente la participación activa ni fomentan un entorno cómodo y motivador. Esta técnica no olvida la importancia de los factores emocionales y psicológicos que pueden afectar la disposición de los estudiantes a estudiar de manera eficiente. Como resultado final, adquirir conocimientos de inglés se percibe como un método tedioso y poco atractivo para muchos estudiantes, lo que limita su desarrollo e influye negativamente en su desempeño educativo en este ámbito.

Ante esta situación surge la necesidad de explorar enfoques alternativos que faciliten el aprendizaje de una manera más integral, incorporando no sólo el aspecto cognitivo, sino también el emocional y psicológico. En este sentido, el método Sugestopedia, desarrollado por Georgi Lozanov (2008), ofrece una



alternativa prometedora. Esta metodología se basa en la creación de un ambiente relajado y sugerente que reduce la ansiedad y aumenta la receptividad de los estudiantes, potenciando su capacidad para absorber y retener información de una forma más natural.

Sin embargo, en la mencionada institución el método Sugestopedia no ha sido explorado ni implementado formalmente. Por lo tanto, surge la pregunta de cómo este enfoque podría beneficiar a los estudiantes de primer grado "A" en su proceso de aprendizaje del inglés. Específicamente, ¿podría la Sugestopedia mejorar el rendimiento académico de los estudiantes fortaleciendo sus competencias comunicativas y al mismo tiempo creando un ambiente de aprendizaje más dinámico y motivador?

Ante este contexto, se quiere poner en vigencia y evaluar el impacto de la Sugestopedia como método pedagógico para enfrentar las barreras emocionales y cognitivas que impiden el dominio efectivo del inglés en estudiantes del primer grado "A" de la IE Secundaria Horacio Zeballos Gámez de Juliaca en el año 2023. Este estudio tiene como objetivo analizar cómo esta técnica puede contribuir a un importante intercambio en la forma en que los estudiantes abordan la lengua y su disposición hacia ella.

1.3 JUSTIFICACIÓN DEL TRABAJO ACADÉMICO

La sugestopedia es un método de enseñanza que se basa en la utilización de la sugestión y la relajación para mejorar el aprendizaje de los estudiantes. Este enfoque se ha demostrado altamente efectivo en la enseñanza de idiomas, ya que permite a los estudiantes adquirir nuevas habilidades lingüísticas de manera



más rápida y eficiente. En el caso de los estudiantes del primer grado A de la Institución Educativa Secundaria Horacio Zeballos Gámez de Juliaca, el aprendizaje del inglés puede resultar especialmente desafiante debido a las dificultades inherentes al proceso de adquisición de un nuevo idioma. Es por ello que la implementación de la sugestopedia en el aula se presenta como una alternativa innovadora y efectiva para facilitar el aprendizaje del inglés en este grupo de estudiantes.

Mediante la utilización de técnicas de sugestión y relajación, los estudiantes del primer grado A podrán reducir su ansiedad y aumentar su receptividad al nuevo idioma, lo que favorecerá la adquisición de vocabulario, gramática y habilidades comunicativas en inglés. Además, la sugestopedia fomenta la confianza en uno mismo y la autoestima de los estudiantes, lo que contribuye a un ambiente de aprendizaje positivo y motivador.

Además, la sugestopedia no solo se enfoca en el aprendizaje del idioma en sí, sino que también promueve la creatividad, la imaginación y la autoexpresión de los estudiantes, lo que les permite desarrollar habilidades cognitivas y emocionales de manera integral.

Por tanto, la implementación de la sugestopedia en el aula de inglés del primer grado A puede ser una herramienta valiosa para enriquecer el proceso de aprendizaje de los estudiantes y potenciar su desarrollo personal y académico. Es importante que los docentes se capaciten en esta metodología y la apliquen de manera adecuada para garantizar su efectividad y maximizar los resultados de aprendizaje de los estudiantes.

En conclusión, la implementación del método de sugestopedia para el aprendizaje del inglés en los estudiantes del primer grado A de la Institución Educativa Secundaria Horacio Zeballos Gámez de Juliaca es una estrategia pedagógica innovadora que puede potenciar el desarrollo de habilidades lingüísticas en este grupo de estudiantes, permitiéndoles alcanzar un nivel de competencia en inglés más sólido y duradero.

1.4 OBJETIVOS

1.4.1 Objetivo general

OG Implementar el método sugestopedia en el aprendizaje del inglés en educandos del Primer grado "A" de la Institución Educativa Secundaria Horacio Zeballos Gámez de Juliaca, 2023

1.4.2 Objetivos específicos

OE1 Conocer el método sugestopedia para mejorar las cuatro competencias comunicativas en el aprendizaje del inglés en educandos del Primer grado "A" la Institución Educativa Secundaria Horacio Zeballos Gámez de Juliaca, 2023

OE2 Fortalecer el aprendizaje del inglés a través del método sugestopedia en el aprendizaje del inglés en educandos del Primer grado "A" la Institución Educativa Secundaria Horacio Zeballos Gámez de Juliaca, 2023

OE3 Aplicar el método sugestopedia para desarrollar las capacidades y mejorar la concentración en el aprendizaje del inglés en educandos del Primer



grado "A" la Institución Educativa Secundaria Horacio Zeballos Gámez de Juliaca, 2023

OE4 Implementar actividades y dinámicas sugestopédicas utilizando recursos lúdicos, música y ejercicios de memoria para el aprendizaje del inglés en estudiantes del Primer grado "A" en la Institución Educativa Secundaria Horacio Zeballos Gámez de Juliaca, 2023



CAPÍTULO II

FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

2.1 BASES TEÓRICAS

2.1.1. Teorías que sustentan la sugestopedia

La Sugestopedia, creada por el psicoterapeuta búlgaro Georgi Lozanov en la década de 1970, es un método educativo que subraya la capacidad humana de aprender rápida y eficazmente en un ambiente sin estrés. La teoría de la Sugestopedia se fundamenta en varias ideas clave.

2.1.1.1 Teoría del aprendizaje sugestivo:

Según la Sugestopedia, los seres humanos pueden aprender de manera más veloz y efectiva si se les proporciona un entorno positivo y sin estrés, utilizando sugerencias positivas y afirmativas. Lozanov proponía que la sugestión puede mejorar considerablemente el proceso de aprendizaje, permitiendo a los estudiantes absorber y retener información con mayor facilidad. Para crear un estado mental óptimo para el aprendizaje, se implementa un ambiente agradable, con música de fondo y actividades lúdicas.



2.1.1.2 Teoría de la sugestión y la sugestibilidad:

La Sugestopedia se basa en la creencia de que las personas son altamente sugestionables y pueden ser influidas positivamente mediante sugerencias verbales y visuales. Lozanov argumentaba que la mente humana es particularmente receptiva a las sugerencias en un estado de relajación, facilitando un aprendizaje más profundo y duradero. Las sugerencias se integran en el proceso de enseñanza a través del uso de juegos, cuentos, dramatizaciones y otros métodos que facilitan la absorción del contenido.

2.1.1.3 Teoría del papel de la mente subconsciente:

Un principio fundamental de la Sugestopedia es que una gran parte del aprendizaje ocurre a nivel subconsciente. Lozanov creía que, al involucrar el subconsciente de los estudiantes con técnicas de relajación y sugerencias positivas, se podía potenciar el aprendizaje. Por esta razón, se emplean técnicas que estimulan la mente subconsciente, como la utilización de música barroca, que se cree induce un estado de relajación y facilita el procesamiento de la información.

2.1.1.4 Teoría de la relajación y el estado de vigilia incrementada:

La Sugestopedia se basa en la idea de que los estudiantes deben estar en un estado de relajación profunda y receptividad para asimilar la información de manera más efectiva. Este estado de "vigilia incrementada" se logra mediante la combinación de técnicas de relajación, como la respiración profunda y la música suave, con un ambiente de aprendizaje sin presión. La relajación

profunda no solo reduce el estrés, sino que también abre la mente a nuevas sugerencias y conocimientos.

2.1.1.5 Teoría de la desinhibición emocional:

La Sugestopedia sugiere que el aprendizaje se facilita cuando los estudiantes están libres de inhibiciones y miedos, lo que les permite desarrollar su máximo potencial y lograr resultados óptimos. Lozanov sostenía que, al crear un entorno seguro y de confianza, los alumnos pueden participar sin temor al juicio o al fracaso, lo que mejora significativamente la retención y comprensión del contenido.

2.1.1.6 Teoría del aprendizaje holístico:

La Sugestopedia promueve un enfoque integral del aprendizaje que incluye la mente, el cuerpo y las emociones del estudiante. Lozanov afirmaba que el aprendizaje debe ser una experiencia completa que involucre todos los aspectos del individuo. Este enfoque holístico emplea elementos visuales, auditivos y kinestésicos para estimular diferentes áreas del cerebro y atiende las necesidades emocionales y físicas de los estudiantes, creando un entorno de aprendizaje confortable y estimulante.

2.1.1.7 Teoría de la autoridad del profesor:

En la Sugestopedia, el papel del profesor como figura de autoridad es crucial para el proceso de aprendizaje. Lozanov enfatizaba que el profesor debe proyectar confianza, seguridad y positividad para inspirar respeto y confianza en los estudiantes. Este enfoque no se basa en una autoridad tradicional, sino en



un líder que motiva y apoya a los estudiantes, fomentando un ambiente de aprendizaje efectivo.

2.1.1.8 Teoría de la música y el ritmo:

La Sugestopedia utiliza la música y el ritmo como herramientas esenciales para crear un ambiente de aprendizaje adecuado. Lozanov descubrió que la música, especialmente la música barroca con un ritmo específico, puede ayudar a relajar la mente y sincronizarla con la información que se presenta. La música no solo facilita la relajación y la concentración, sino que también mejora la retención de la información, creando un ambiente armonioso y natural para el aprendizaje.

2.1.2. Origen de la sugestopedia

La sugestopedia es un enfoque de enseñanza creado por el psicólogo y pedagogo búlgaro Georgi Lozanov en la década de 1970. Lozanov desarrolló este enfoque como una respuesta a la necesidad de mejorar la eficiencia del aprendizaje y la memoria en el proceso de enseñanza-aprendizaje. El término sugestopedia proviene de la combinación de las palabras "sugestión" y "pedagogía", lo que refleja la importancia que se le da a la sugestión y al proceso de influencia positiva en la enseñanza.

La sugestopedia se basa en la idea de que el aprendizaje es más efectivo cuando se produce en un ambiente relajado y agradable, donde el estudiante se siente motivado y confiado en sus capacidades. Por lo tanto, se enfoca en crear un ambiente de aprendizaje positivo que fomente la participación activa y la creatividad. Uno de los principios fundamentales de la sugestopedia es la

utilización de la sugestión como herramienta para mejorar el proceso de aprendizaje. A través de técnicas como la visualización, la música y la relajación, se busca potenciar la memoria y la retención de la información.

La sugestopedia también se caracteriza por el uso de material didáctico específico, como textos y grabaciones especialmente diseñadas para facilitar el aprendizaje. Estos materiales se presentan de manera visual y auditiva, lo que estimula diferentes sentidos y favorece la asimilación de la información. Otro aspecto importante de la sugestopedia es el papel del profesor como guía y facilitador del aprendizaje. El profesor actúa como un mentor que motiva y acompaña al estudiante en su proceso de aprendizaje, creando un vínculo de confianza y apoyo.

La sugestopedia ha sido utilizada en diferentes contextos educativos, desde la enseñanza de idiomas hasta la formación empresarial. Su enfoque innovador y sus técnicas basadas en la sugestión han demostrado ser eficaces para mejorar la atención, la concentración y la retención de la información en los estudiantes. A lo largo de los años, la sugestopedia ha evolucionado y se ha adaptado a las nuevas tecnologías y metodologías educativas. Aunque ha recibido críticas y controversias, sigue siendo una herramienta valiosa en el campo de la educación por su enfoque holístico y su capacidad para potenciar el aprendizaje de forma efectiva.

2.1.3. La sugestopedia

La Sugestopedia, un método educativo desarrollado por Georgi Lozanov en la década de 1970, sigue siendo relevante en el aprendizaje de idiomas, incluido el inglés, gracias a su enfoque innovador y holístico. La metodología se centra en



la creación de un ambiente positivo y libre de estrés para optimizar el aprendizaje. Según Richards y Rodgers (2014), el entorno de aprendizaje debe ser acogedor, con colores suaves y música clásica de fondo para promover un estado de relajación y concentración en los estudiantes. Este ambiente facilita la absorción del idioma de manera más natural.

El uso de sugerencias positivas es fundamental en la Sugestopedia. Larsen-Freeman y Anderson (2013) señalan que el profesor debe emplear frases afirmativas y alentadoras para reforzar la confianza de los estudiantes en su capacidad para aprender inglés. Mensajes como "Estás mejorando rápidamente" o "Tu pronunciación es excelente" ayudan a mantener una actitud positiva y motivada. Además, técnicas de visualización, donde los estudiantes se imaginan hablando inglés con fluidez, refuerzan aún más esta confianza.

La integración del aprendizaje a nivel subconsciente es otra piedra angular de la Sugestopedia. Lohr y Aceto (2020) explican que técnicas como la lectura en voz alta por parte del profesor y la escucha de grabaciones durante sesiones de relajación permiten que el contenido se asimile a un nivel más profundo. Este enfoque ayuda a que los estudiantes se familiaricen con el idioma de manera más eficiente y duradera.

El estado de relajación y vigilia incrementada es crucial para el aprendizaje efectivo. Según Arnold (2022), ejercicios de respiración y relajación al inicio de cada clase ayudan a los estudiantes a reducir el estrés y preparar su mente para el aprendizaje. La clase se estructura en tres partes: presentación, sesión activa y sesión pasiva. Durante la presentación, se introduce el nuevo



vocabulario y las estructuras gramaticales de manera lúdica. La sesión activa incluye actividades interactivas como juegos de rol y canciones, mientras que la sesión pasiva implica la escucha relajada de textos en inglés.

El papel del profesor en la Sugestopedia es vital. Brown (2018) destaca que el profesor debe actuar como guía y facilitador, transmitiendo confianza y seguridad a los estudiantes. La capacidad del profesor para dramatizar diálogos y situaciones hace que las lecciones sean más dinámicas y atractivas, fomentando un ambiente de apoyo y motivación.

Finalmente, el enfoque holístico del aprendizaje es esencial en la Sugestopedia. Según Tomlinson (2016), las actividades multisensoriales que involucran diferentes sentidos, como imágenes, canciones y movimientos corporales, son cruciales para enseñar vocabulario y conceptos gramaticales. Además, la interacción social a través de actividades grupales promueve la comunicación en inglés y fortalece las habilidades sociales y colaborativas de los estudiantes. Este enfoque integral asegura que el aprendizaje del idioma sea una experiencia completa y significativa.

La Sugestopedia también se beneficia de los avances en la neurociencia y la psicología educativa. Según Immordino-Yang (2016), un entorno de aprendizaje que estimule positivamente el cerebro puede mejorar la retención de información y la capacidad de aplicar conocimientos en diferentes contextos. Esto refuerza la idea de Lozanov de que un ambiente relajado y positivo es esencial para el aprendizaje.



Otro aspecto importante es el uso de la tecnología en la Sugestopedia moderna. Según Dörnyei y Ryan (2015), la integración de tecnologías digitales puede complementar las técnicas tradicionales de la Sugestopedia, ofreciendo nuevas formas de interacción y práctica del idioma. Aplicaciones y plataformas en línea pueden proporcionar a los estudiantes acceso a recursos adicionales y oportunidades de práctica autónoma, manteniendo la esencia del método de crear un entorno de aprendizaje positivo y libre de estrés.

Harmer (2022) destaca la importancia de crear un entorno de aprendizaje que no solo sea cómodo y acogedor, sino que también esté diseñado específicamente para reducir el estrés y la ansiedad en los estudiantes. Esto puede incluir elementos como colores suaves, iluminación adecuada y música tranquila, que ayuden a establecer un clima propicio para el aprendizaje relajado y efectivo.

Dweck (2022) profundiza en el impacto de las sugerencias positivas en el desarrollo del estudiante, sugiriendo que no solo afectan la confianza y la motivación, sino que también pueden influir en la mentalidad y la disposición para enfrentar desafíos. Al recibir comentarios afirmativos y alentadores, los estudiantes pueden cultivar una mentalidad de crecimiento que los motive a persistir y superar obstáculos en su aprendizaje del inglés.

Krashen (2022) explora la teoría del input comprensible en detalle, explicando cómo la exposición a un lenguaje ligeramente más avanzado que el nivel actual del estudiante puede facilitar el proceso de adquisición del idioma. Al proporcionar a los estudiantes material comprensible pero desafiante, se les



brinda la oportunidad de absorber el inglés de manera natural y subconsciente, sin la necesidad de esfuerzo consciente.

Jensen (2020) sugiere que el estado de relajación es fundamental para la eficacia del aprendizaje, ya que reduce las distracciones y permite que la mente se enfoque completamente en la tarea en cuestión. Además de técnicas de relajación como la respiración profunda, Jensen también destaca la importancia de la vigilia incrementada, que se logra a través de estrategias que mantienen a los estudiantes alertas y comprometidos con el material, como la variedad en la presentación y el uso de actividades interactivas.

McDonough y Shaw (2022) profundizan en el papel del profesor como facilitador del aprendizaje, resaltando la importancia de establecer una conexión empática con los estudiantes y adaptar las estrategias de enseñanza según las necesidades individuales. Además de transmitir conocimientos, el profesor también cumple el papel de mentor y modelo a seguir, inspirando a los estudiantes a alcanzar su máximo potencial en el aprendizaje del inglés.

Nunan (2022) aboga por un enfoque integrado que reconozca la complejidad del proceso de aprendizaje del idioma. Este enfoque considera no solo los aspectos lingüísticos del inglés, sino también los aspectos culturales, emocionales y sociales, que influyen en la adquisición y el uso efectivo del idioma. Al incorporar actividades que aborden estas dimensiones, los estudiantes pueden desarrollar habilidades lingüísticas más completas y contextuales.

Godwin-Jones (2023) examina cómo la tecnología puede enriquecer el proceso de enseñanza y aprendizaje del inglés al proporcionar acceso a recursos interactivos y herramientas de comunicación en línea. Desde aplicaciones móviles hasta plataformas de aprendizaje en línea, la tecnología ofrece nuevas formas de practicar el idioma de manera autónoma y colaborativa, complementando así las prácticas tradicionales de la Sugestopedia.

2.1.4. Importancia del método de sugestopedia para el aprendizaje del inglés

El método de Sugestopedia es una herramienta invaluable para el aprendizaje del inglés, ya que aborda múltiples aspectos que son esenciales para una adquisición efectiva del idioma. Una de sus características más destacadas es su enfoque holístico, que reconoce la importancia de considerar no solo los aspectos lingüísticos, sino también los emocionales, sociales y físicos del proceso de aprendizaje. Esta perspectiva integral se refleja en la creación de un entorno de aprendizaje positivo y libre de estrés, que es fundamental para el éxito de los estudiantes.

El método de Sugestopedia se basa en la premisa de que los seres humanos son capaces de aprender de manera más efectiva cuando se encuentran en un estado de relajación profunda y receptividad. En este estado, los estudiantes están más abiertos a absorber nueva información y a retenerla de manera más efectiva. Para lograr este ambiente relajado, la Sugestopedia utiliza técnicas como la música suave de fondo, la iluminación tenue y la



decoración acogedora, que ayudan a crear una atmósfera propicia para el aprendizaje.

Además de establecer un entorno favorable, la Sugestopedia utiliza sugerencias positivas y afirmativas para fortalecer la confianza y la autoestima de los estudiantes. Estas sugerencias se presentan de manera constante durante las sesiones de aprendizaje, reforzando la creencia de los estudiantes en su capacidad para dominar el idioma inglés. Esta confianza en sí mismos actúa como un poderoso motivador que impulsa a los estudiantes a comprometerse más profundamente con el proceso de aprendizaje y a superar los desafíos que puedan surgir en el camino.

Otro aspecto fundamental de la Sugestopedia es su enfoque en el aprendizaje a nivel subconsciente. Según esta metodología, gran parte del aprendizaje ocurre de manera automática y sin esfuerzo consciente, especialmente cuando los estudiantes están en un estado de relajación profunda. Para aprovechar este proceso, la Sugestopedia utiliza técnicas como la lectura en voz alta y la escucha de grabaciones durante sesiones de relajación, que estimulan la mente subconsciente y facilitan la asimilación de la información.

Además, la Sugestopedia reconoce la importancia del papel del profesor como guía y facilitador del aprendizaje. El profesor no solo transmite conocimientos, sino que también actúa como un modelo a seguir y un mentor para los estudiantes. Su presencia en el aula es fundamental para crear un ambiente de apoyo y motivación, donde los estudiantes se sienten seguros para explorar y experimentar con el idioma inglés.



En conclusión, el método de Sugestopedia es una herramienta poderosa y efectiva para el aprendizaje del inglés, ya que aborda aspectos clave como la creación de un ambiente favorable, el fortalecimiento de la confianza de los estudiantes, el aprovechamiento del aprendizaje a nivel subconsciente y el papel vital del profesor en el proceso de aprendizaje. Estos elementos combinados hacen de la Sugestopedia un enfoque altamente eficaz para la adquisición del idioma inglés.

2.1.5. Efectos de la Enseñanza sugestopédica

Fomento de la Creatividad y la Innovación: Al crear un ambiente de aprendizaje positivo y libre de estrés, la Sugestopedia estimula la creatividad y la innovación en los estudiantes. Los estudiantes se sienten más libres para explorar nuevas ideas y enfoques en inglés, lo que fomenta un pensamiento crítico y creativo.

Desarrollo de la Resiliencia y la Autonomía: La Sugestopedia promueve la resiliencia al enfrentar desafíos lingüísticos y comunicativos en inglés. Los estudiantes aprenden a superar obstáculos y a adaptarse a nuevas situaciones lingüísticas con confianza y determinación. Además, al ofrecer un aprendizaje centrado en el estudiante, la Sugestopedia fomenta la autonomía y la responsabilidad en el proceso de aprendizaje.

Preparación para la Globalización y el Mundo Laboral: En un mundo cada vez más globalizado, el dominio del inglés es una habilidad invaluable en el mercado laboral. La Sugestopedia prepara a los estudiantes para comunicarse



efectivamente en inglés en contextos laborales internacionales, lo que aumenta sus oportunidades de empleo y desarrollo profesional.

Mejora de la Autoestima y la Autoimagen: Al experimentar el éxito en el aprendizaje del inglés a través de la Sugestopedia, los estudiantes desarrollan una mayor autoestima y una imagen más positiva de sí mismos como aprendices de idiomas. Esta mejora en la autoimagen puede tener efectos positivos en otros aspectos de la vida personal y académica de los estudiantes.

Promoción de la Diversidad y la Inclusión: La Sugestopedia promueve un ambiente inclusivo y respetuoso en el aula, donde se valora la diversidad de experiencias lingüísticas y culturales de los estudiantes. Esto crea un sentido de comunidad y pertenencia entre los estudiantes, independientemente de su origen cultural o lingüístico.

Mejora de la Competencia Intercultural: La enseñanza sugestopedica no se limita únicamente al dominio del idioma inglés, sino que también fomenta la comprensión y apreciación de diferentes culturas. Al exponer a los estudiantes a una variedad de contextos culturales a través de actividades lingüísticas y sociales en inglés, la Sugestopedia promueve la competencia intercultural, lo que les permite interactuar de manera efectiva y respetuosa en entornos multiculturales.

Desarrollo de Habilidades de Pensamiento Crítico: A través de la exploración de textos auténticos y el análisis de situaciones comunicativas reales en inglés, la Sugestopedia promueve el desarrollo de habilidades de pensamiento crítico en los estudiantes. Estos aprenden a evaluar y sintetizar



información, a formular argumentos persuasivos y a resolver problemas de manera creativa, habilidades que son esenciales tanto en el ámbito académico como en el profesional.

Promoción de la Empleabilidad: El dominio del inglés es cada vez más importante en el mercado laboral globalizado de hoy en día. La enseñanza sugestopédica prepara a los estudiantes para enfrentar los desafíos y oportunidades que surgen en un entorno laboral internacional, lo que aumenta su empleabilidad y les brinda una ventaja competitiva en el mercado laboral.

Fomento de la Ciudadanía Global: La Sugestopedia no solo se centra en el desarrollo de habilidades lingüísticas, sino que también promueve la formación de ciudadanos globales responsables y comprometidos. Los estudiantes aprenden a apreciar la interconexión del mundo moderno y a asumir roles activos en la resolución de problemas globales, lo que contribuye a la construcción de un mundo más inclusivo y sostenible.

Apoyo al Desarrollo Personal y Profesional Continuo: La Sugestopedia sienta las bases para un aprendizaje a lo largo de toda la vida al fomentar una actitud de curiosidad y exploración en los estudiantes. Al cultivar la pasión por el aprendizaje y la mejora continua, la Sugestopedia prepara a los estudiantes para afrontar los desafíos y oportunidades en un mundo en constante cambio.



2.1.6. Características de Sugestopedia

Creación de un Entorno Positivo y Relajado: La Sugestopedia se caracteriza por su enfoque en establecer un ambiente de aprendizaje positivo y relajado. Se implementan técnicas de decoración agradable y se utiliza música suave para crear una atmósfera acogedora en el aula. Este entorno propicio ayuda a los estudiantes a sentirse cómodos y receptivos al aprendizaje del inglés, lo que facilita su participación activa en las actividades de clase.

Uso de Sugestiones Positivas: Una característica distintiva de la Sugestopedia es el uso de sugestiones positivas por parte del profesor. Estas sugestiones están diseñadas para fortalecer la confianza y la autoestima de los estudiantes en su capacidad para aprender el idioma inglés. Al recibir constantemente comentarios positivos y alentadores, los estudiantes se sienten motivados y capacitados para enfrentar los desafíos del aprendizaje del idioma.

Aprendizaje a Nivel Subconsciente: La Sugestopedia reconoce la importancia del aprendizaje a nivel subconsciente. Emplea técnicas como la lectura en voz alta y la audición de textos grabados para estimular el aprendizaje sin esfuerzo consciente. Esto permite a los estudiantes absorber y retener la información de manera más efectiva, ya que su mente subconsciente está activamente comprometida en el proceso de adquisición del inglés.

Enfoque en la Escucha Pasiva y la Lectura: La Sugestopedia pone énfasis en la exposición de los estudiantes al inglés a través de la escucha pasiva y la lectura. Durante las sesiones de aprendizaje, los estudiantes tienen la oportunidad de escuchar una variedad de materiales auténticos en inglés



mientras se encuentran en un estado de vigilia incrementada. Esta práctica les ayuda a mejorar su comprensión auditiva y a familiarizarse con la estructura y el vocabulario del idioma.

Utilización de Materiales Auténticos: Los materiales auténticos desempeñan un papel crucial en la Sugestopedia. Estos incluyen artículos de periódico, extractos de libros, programas de radio y videos, entre otros. Al interactuar con materiales auténticos, los estudiantes desarrollan habilidades lingüísticas y culturales que son relevantes y aplicables en situaciones de la vida real. Esto aumenta su motivación y compromiso con el aprendizaje del inglés.

Énfasis en la Música y el Ritmo: La Sugestopedia hace uso de la música y el ritmo para crear un ambiente propicio para el aprendizaje. La música suave y rítmica ayuda a inducir un estado de relajación y receptividad en los estudiantes, mientras que el ritmo se utiliza para sincronizar la entrega del material con su estado mental. Esta sincronización mejora la atención y el enfoque de los estudiantes, lo que facilita la absorción y retención de la información.

2.1.7 Actividades del método de sugestopedia para mejorar las destrezas en el aprendizaje del idioma inglés

El método de Sugestopedia ofrece una variedad de actividades diseñadas para mejorar las destrezas en el aprendizaje del idioma inglés. Estas actividades están diseñadas para ser interactivas, dinámicas y adaptadas a las necesidades individuales de los estudiantes. Aquí hay algunas actividades específicas que pueden ayudar a mejorar las destrezas en el aprendizaje del inglés:



Lectura de Textos Auténticos: Los estudiantes pueden participar en actividades de lectura de textos auténticos en inglés, como artículos de periódico, extractos de libros o blogs en línea. Esto les permite mejorar su comprensión lectora, ampliar su vocabulario y familiarizarse con la estructura y el estilo del idioma.

Audición de Material Grabado: Los estudiantes pueden escuchar material grabado en inglés, como diálogos de películas, entrevistas de radio o podcasts. Esta actividad ayuda a mejorar la comprensión auditiva, la pronunciación y la entonación del inglés, además de familiarizar a los estudiantes con diferentes acentos y estilos de habla.

Role-playing y Simulaciones: Los role-plays y las simulaciones son actividades interactivas en las que los estudiantes asumen roles y participan en situaciones comunicativas simuladas en inglés. Esto les permite practicar la expresión oral, mejorar la fluidez y la precisión lingüística, y desarrollar habilidades de comunicación interpersonal.

Juegos de Roles Culturales: Los juegos de roles culturales son actividades que permiten a los estudiantes explorar aspectos culturales del mundo de habla inglesa mientras practican el idioma. Por ejemplo, pueden simular situaciones como pedir comida en un restaurante, comprar boletos para un concierto o participar en una conversación social.

Creación de Proyectos Creativos: Los estudiantes pueden trabajar en proyectos creativos en inglés, como la creación de un video, un blog, una presentación multimedia o un póster. Estos proyectos les permiten aplicar lo que



han aprendido en contextos reales, desarrollar habilidades de investigación y expresión escrita, y fomentar la creatividad y la innovación.

Discusiones Dirigidas por el Profesor: El profesor puede facilitar discusiones dirigidas en inglés sobre temas de interés para los estudiantes. Esto les permite practicar la expresión oral, desarrollar habilidades de argumentación y debate, y mejorar su capacidad para comunicarse de manera efectiva en inglés.

Actividades de Gramática y Vocabulario: Se pueden incluir actividades específicas para practicar la gramática y el vocabulario en inglés, como ejercicios de completar espacios en blanco, juegos de palabras, crucigramas, ejercicios de traducción y actividades de formación de oraciones. Estas actividades ayudan a reforzar los fundamentos del idioma y a ampliar el repertorio lingüístico de los estudiantes.

Práctica de Escritura Creativa y Formal: Los estudiantes pueden practicar la escritura en inglés a través de actividades de redacción creativa, como escribir cuentos, poemas o ensayos, así como a través de la práctica de la escritura formal, como cartas formales, informes o correos electrónicos. Esto les ayuda a desarrollar habilidades de composición, estructuración de textos y expresión escrita en inglés.



2.2 DEFINICIÓN DE TÉRMINOS BÁSICOS

2.2.1 Sugestopedia

Es un método de enseñanza desarrollado por el psicólogo búlgaro Georgi Lozanov en la década de 1970. Se basa en la creencia de que el aprendizaje puede ser facilitado mediante un ambiente relajado y positivo, y el uso de sugerencias positivas para estimular el subconsciente del estudiante.

2.2.2 Sugestión

En el contexto de la Sugestopedia, se refiere a la técnica de comunicar mensajes positivos y afirmativos al estudiante para aumentar su confianza y motivación, y facilitar el aprendizaje sin esfuerzo consciente.

2.2.3 Aprendizaje a Nivel Subconsciente

Se refiere al proceso de adquirir conocimiento y habilidades de manera automática y sin esfuerzo consciente, a través de técnicas que estimulan la mente subconsciente del estudiante, como la lectura en voz alta y la audición de música de fondo.

2.2.4 Entorno Positivo y Relajado

Es un ambiente de aprendizaje creado para promover la relajación y receptividad en los estudiantes. Se caracteriza por elementos como la decoración agradable, la música suave y la ausencia de estrés o presión académica.



2.2.5 Vigilia Incrementada

Estado mental en el que el estudiante está alerta y receptivo, pero también relajado y abierto a la sugestión. Se logra mediante técnicas de relajación y estimulación sensorial, como la música de fondo y la visualización guiada.

2.2.6 Material Auténtico

Son materiales de enseñanza que reflejan situaciones de la vida real y se utilizan para proporcionar a los estudiantes una exposición auténtica al idioma y la cultura del país de habla inglesa.

2.2.7 Comprensión Pasiva

La habilidad de entender el significado de un mensaje oral o escrito sin necesidad de responder activamente. En la Sugestopedia, los estudiantes practican la comprensión pasiva a través de la escucha de material grabado en inglés.

2.2.8 Relajación Profunda

Estado mental en el que el cuerpo y la mente están completamente relajados, lo que facilita la receptividad y el aprendizaje sin tensión ni ansiedad.

2.2.9 Role-playing

Una técnica en la que los estudiantes asumen roles ficticios y participan en situaciones simuladas en inglés. Esto les permite practicar la comunicación en diferentes contextos y desarrollar habilidades lingüísticas de manera práctica y dinámica.



2.2.10 Material de Soporte

Son recursos educativos utilizados para respaldar el proceso de aprendizaje en la Sugestopedia. Esto puede incluir libros de texto, grabaciones de audio, material visual, entre otros, que se seleccionan y diseñan específicamente para promover un aprendizaje efectivo y significativo.

2.2.11 Ritmo y Música de Fondo

Elementos clave en la Sugestopedia que se utilizan para crear un ambiente propicio para el aprendizaje. El ritmo y la música de fondo ayudan a sincronizar la entrega del material con el estado mental del estudiante, facilitando la absorción y retención de la información.

2.2.12 Autoestima Positiva

La percepción positiva que los estudiantes tienen de sí mismos en relación con su capacidad para aprender y dominar el idioma inglés. La Sugestopedia busca fortalecer la autoestima de los estudiantes mediante el uso de sugerencias positivas y elogios por su progreso y logros.

2.2.13 Feedback Constructivo

Comentarios proporcionados por el profesor o los compañeros de clase que ayudan a los estudiantes a identificar áreas de mejora en su aprendizaje del inglés. El feedback constructivo en la Sugestopedia se ofrece de manera positiva y alentadora para motivar a los estudiantes y promover un ambiente de apoyo mutuo.



2.2.14 Desinhibición Emocional

Proceso en el que los estudiantes superan las inhibiciones y los miedos que pueden obstaculizar su capacidad para aprender el inglés. La Sugestopedia promueve la desinhibición emocional mediante la creación de un ambiente seguro y de apoyo donde los estudiantes se sientan cómodos para participar activamente en el proceso de aprendizaje.

2.2.15 Relajación Dinámica

Técnica utilizada en la Sugestopedia para inducir un estado de relajación profunda en los estudiantes. Esto se logra a través de ejercicios de respiración, relajación muscular progresiva y visualización guiada, que ayudan a reducir el estrés y la ansiedad y promueven la receptividad al aprendizaje del inglés.



CAPÍTULO III

PLANIFICACIÓN, EJECUCIÓN Y RESULTADOS DE LAS ACTIVIDADES PEDAGÓGICAS

3.1. PLANIFICACIÓN, EJECUCIÓN Y RESULTADOS

Según el reglamento de la EPG – UANCV de La segunda especialidad en “Enseñanza del Inglés como Lengua Extranjera” se ha planificado lo que a continuación se detalla en el siguiente cuadro:

ACTIVIDADES	HORAS	MESES		
		SEPTIEMBRE	OCTUBRE	NOVIEMBRE
Coordinación previa con los entes encargados	08			
Revisión bibliográfica				
Planificación - y realización de las sesiones de aprendizaje	12			
Elaboración de recursos educativos				



Ejecución de las sesiones de aprendizaje	12			
--	----	--	--	--

COMPETENCIA	CAPACIDAD	INDICADORES
Comprende textos orales	Discrimina información relevante	Completa información específica según lo comprendido.
Se expresa oralmente	Expresa con claridad ideas, sentimientos y hechos	<input type="checkbox"/> Se hace entender con expresiones breves.
	Interactúa mostrando interés en su interlocutor	<input type="checkbox"/> Intercambia información oportuna con su interlocutor.
	Utiliza estratégicamente variados recursos expresivos	<input type="checkbox"/> Hace uso de una correcta pronunciación.
Comprende textos escritos	Identifica la intención del autor	Reconoce la intención del autor en diferentes textos.
	Infiere el significado de los textos escritos	<input type="checkbox"/> Deduce el mensaje de diferentes textos escritos.
	Elabora textos escritos utilizando la teoría	<input type="checkbox"/> Utiliza diversas estructuras gramaticales y lexicales según la situación comunicativa.



Produce textos escritos	gramatical y el léxico apropiado	
--------------------------------	----------------------------------	--

3.1.1. Unidad de aprendizaje

TÍTULO DE LA UNIDAD: MEET ME

Las personas se comunican utilizando frases y expresiones cotidianas que le permiten saludar, presentarse, solicitar información, hablar sobre sus intereses, interactuar con sus pares para entablar conversaciones en diferentes contextos.

EVALUACIÓN

SITUACIÓN DE EVALUACIÓN	COMPETENCIAS	CAPACIDADES	INDICADORES
INTRODUCING Letters A-L Compresión de textos Interacción oral	<input type="checkbox"/> Comprende textos orales <input type="checkbox"/> Se expresa oralmente	<input type="checkbox"/> Discrimina información relevante <input type="checkbox"/> Utiliza estratégicamente variados recursos expresivos	<input type="checkbox"/> Identifica el sonido de la letra inicial relacionándolo con una palabra o imagen. <input type="checkbox"/> Hace uso de una correcta pronunciación al pronunciar las letras de la A-L



<p>Letters M-Z</p> <p>Compresión de textos</p> <p>Interacción oral</p>	<p><input type="checkbox"/> Comprende textos orales</p> <p><input type="checkbox"/> Se expresa oralmente</p>	<p><input type="checkbox"/> Discrimina información relevante</p> <p><input type="checkbox"/> Utiliza estratégicamente variados recursos expresivos</p>	<p><input type="checkbox"/> Identifica el sonido de la letra inicial relacionándolo con una palabra o imagen.</p> <p><input type="checkbox"/> Hace uso de una correcta pronunciación al pronunciar las letras de la M-Z</p>
<p>Vowels</p> <p><input type="checkbox"/> Compresión de textos</p> <p><input type="checkbox"/> Interacción oral</p>	<p><input type="checkbox"/> Comprende textos orales</p> <p><input type="checkbox"/> Se expresa oralmente</p>	<p><input type="checkbox"/> Discrimina información relevante</p> <p><input type="checkbox"/> Utiliza estratégicamente variados recursos expresivos</p>	<p><input type="checkbox"/> Completa combinaciones de vocales relacionado los sonidos con las imágenes y palabras.</p> <p><input type="checkbox"/> Hace uso de una correcta pronunciación de los sonidos: ee,ea,oo,ou, etc.</p>



<p>Consonants</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Compresión de textos <input type="checkbox"/> Interacción oral 	<ul style="list-style-type: none"> • Comprende textos orales • Se expresa oralmente 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Discrimina información relevante <input type="checkbox"/> Utiliza estratégicamente variados recursos expresivos 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Completa palabras utilizando consonantes relacionado los sonidos con las imágenes y palabras. <input type="checkbox"/> Hace uso de una correcta pronunciación de las consonantes.
<p>Greetings</p> <ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Interacción oral <input type="checkbox"/> Redacción de expresiones 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Se expresa oralmente <input type="checkbox"/> Produce textos escritos 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Expresa con claridad ideas, sentimientos y hechos. 	<ul style="list-style-type: none"> <input type="checkbox"/> Se hace entender con su interlocutor usando saludos.

3.1.2 Sesiones de aprendizaje**Sesión de aprendizaje N° 01****I. GENERAL DATA:**

SCHOOL : "HORACIO ZEBALLOS GÁMEZ"
COURSE : INGLÉS
TITLE : THE PHONETIC SIMBOLS
GRADE AND SECTION : PRIMERO "A"
TIME : 90´
TEACHER : ESPERANZA UGARTE NINA

II. LEARNING HOPE

Identifica los símbolos fonéticos.

III. SEQUENCE DIDACTICAL

El profesor explica la parte teórica de los símbolos fonéticos.

IV. DEVELOPMENT ACTIVITIES

STAGES	LEARNING STRATEGIES	RESOURCES	TIME
INITIAL	<ul style="list-style-type: none">El docente se presenta ante los estudiantes de forma proactiva, luego interroga a los estudiantes referente a la fonetica, en seguida trata de generar conocimientos acerca de la fonética utilizando audios y materiales educativos.	Equipo de sonido USB Laptop CD	15´



	<ul style="list-style-type: none"> El docente se empeña en recuperar los saberes y percepciones previas en relacion a los símbolos fonéticos. El docente muestra los símbolos fonéticos, para luego hacer las cuestiones respectivas a los alumnos referente a los símbolos fonéticos, consiguientemente los estudiantes a ello responden con las respuestas pertinentes. 		
PROCESS	<ul style="list-style-type: none"> El docente reparte un conjunto de fichas y cuestionarios acerca de los símbolos fonéticos El docente hace practicar a los estudiantes, respecto a la pronunciación de los símbolos fonéticos, haciendo el uso respectivo de audios y videos. 	<p>Fichas cuestionario</p> <p>Equipo de sonido</p> <p>Data display</p> <p>USB</p> <p>Laptop</p> <p>CD</p>	20´
FINAL	<ul style="list-style-type: none"> El docente promueve en los alumnos la repetición respectiva de la dinámica de los símbolos fonéticos, a ello, los alumnos lo realizan adecuadamente con fines de mejorar el aprendizaje del idioma inglés. El docente proporciona hojas bond a los estudiantes para realizar la práctica de cada una de las letras. 	<p>Papel Bond</p> <p>Lapiceros</p>	10´



V. EVALUATION

LEARNING HOPE	PERCENTAGE	NUMBER OF REAGENTS	POINT
Understand of Text	30%	1	6
Production of Text	35%	1	7
Oral Expression	35%	1	7
Total	100%	3	20

VI. MEANS AND MATERIALS

Examen oral, Pizarra, Plumones, Diccionario, textos guía, Equipo de sonido, CDs.

VII. BIBLIOGRAPHY

- English secondary 1º, MINEDU
- Postcards 1A, PEARSON LONGMAN
- Gateways, Oxford University Press

Vº Bº

Prof. Esperanza Ugarte Nina



Sesión de aprendizaje N° 02

I. GENERAL DATA

SCHOOL : "HORACIO ZEBALLOS GÁMEZ"

COURSE : INGLÉS

TITLE : THE ADJECTIVES

GRADE AND SECTION : PRIMER "A"

TIME : 90´

TEACHER : ESPERANZA UGARTE NINA

II. LEARNING HOPE

Escribe adjetivos y pronuncia los adjetivos.

III. SEQUENCE DIDACTICAL

El profesor efectúa la explicación en relación al uso de los adjetivos utilizando la regla de la gramática.

IV. DEVELOPMENT ACTIVITIES

STAGES	LEARNING STRATEGIES	RESOURCES	TIME
INITIAL	<ul style="list-style-type: none"> El docente realiza una disonancia cognitiva a partir de la confrontación de ideas y acciones con referente a los adjetivos El docente hace la motivación correspondiente a los estudiantes para que su proceso de aprendizaje sea productivo y efectivo. 	Equipo de sonido CD Papel bond	15´

PROCESS	<ul style="list-style-type: none"> El docente hace identificar y reconocer puntualmente los adjetivos a los estudiantes. Los estudiantes proceden con el emparejamiento de los adjetivos en el idioma inglés haciendo la pizarra y papel bond. El docente ordena a los estudiantes a conformar grupos de trabajo, donde los estudiantes desarrollan actividades haciendo el uso de los adjetivos. 	Pizarra Plumones Ficha de trabajo Papel Bond.	20´
FINAL	<ul style="list-style-type: none"> Con ayuda del equipo de sonido, los alumnos repasan la construcción de los adjetivos y lo efectúan utilizando un papel bond. 	Equipo de sonido Laptop Papel Bond	10´

V. EVALUATION

LEARNING HOPE	PERCENTAGE	NUMBER OF REAGENTS	POINT
Understand of Text	30%	1	6
Production of Text	30%	1	6
Oral Expression	40%	1	8
Total	100%	3	20

VI. MEANS AND MATERIALS



Examen oral, Pizarra, Plumones, Diccionario, textos guía, Tarjetas,
Equipo de sonido, CDs.

VII. BIBLIOGRAPHY

- English secondary 1º, MINEDU
- Gateways, Oxford University Press

Vº Bº

Prof. Esperanza Ugarte Nina



Sesión de aprendizaje N° 03

I. GENERAL DATA:

- SCHOOL** : IES "HORACIO ZEBALLOS GÁMEZ"
- COURSE** : INGLÉS
- TITLE** : GENERATING DIALOGUES AND MEMORY EXERCISES FOR LEARNING ENGLISH
- GRADE AND SECTION** : PRIMERO "A"
- TIME** : 90´
- TEACHER** : ESPERANZA UGARTE NINA

II. LEARNING HOPE

Preparar a los estudiantes para la clase a través de una dinámica motivadora que facilite la disposición para el diálogo y los ejercicios de memoria.

III. SEQUENCE DIDACTICAL

El docente explica que hoy van a trabajar en la creación de diálogos simples y en el fortalecimiento de la memoria para aprender inglés de manera más efectiva y divertida.

IV. DEVELOPMENT ACTIVITIES

STAGES	LEARNING STRATEGIES	RESOURCES	TIME
INITIAL	<p>Activación con música y diálogo básico</p> <ul style="list-style-type: none"> • Inicio con música: Los estudiantes entran al aula con música instrumental 	Equipo de sonido	15´



	<p>suave de fondo. Se sientan en semicírculo para facilitar la interacción.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Diálogo simple introductorio: El docente inicia un diálogo básico en inglés con los estudiantes para activarlos. Por ejemplo: <ul style="list-style-type: none"> ○ <i>Teacher:</i> "Good morning, students! How are you today?" ○ <i>Students:</i> "Good morning, teacher! I am fine, thank you." ○ <i>Teacher:</i> "What day is today?" ○ <i>Students:</i> "Today is Monday." 	<p>USB</p> <p>Laptop</p> <p>CD</p>	
PROCESS	<p>Modelo de diálogo simple</p> <ul style="list-style-type: none"> • Presentación de un diálogo corto: El docente presenta un diálogo simple en inglés, como una conversación entre dos personas en una tienda. Ejemplo: <ul style="list-style-type: none"> ○ <i>Person A:</i> "Hello, how can I help you?" ○ <i>Person B:</i> "I would like to buy a book." ○ <i>Person A:</i> "Sure, here is a book. It costs 5 dollars." ○ <i>Person B:</i> "Thank you. Here is the money." ○ <i>Person A:</i> "You're welcome. Have a nice day!" • Repetición del diálogo con los estudiantes: Los estudiantes repiten el 	<p>Fichas</p> <p>cuestionario</p> <p>Equipo de sonido</p> <p>Data display</p> <p>USB</p> <p>Laptop</p> <p>CD</p>	20´



	<p>diálogo en parejas. Se anima a los estudiantes a hablar relajadamente, mientras la música instrumental suave sigue de fondo.</p> <p>Análisis del diálogo</p> <ul style="list-style-type: none"> • El docente señala las estructuras clave utilizadas en el diálogo, como saludos, preguntas y respuestas, y cómo se realizan compras o intercambios simples. Se discuten frases útiles como: <i>"How can I help you?"</i> o <i>"Here is the money."</i> <p>Creación de diálogos en parejas</p> <ul style="list-style-type: none"> • Instrucciones: Los estudiantes trabajan en parejas para crear un diálogo corto sobre una situación cotidiana, como ir al supermercado, pedir comida en un restaurante o preguntar por direcciones. Se les da una lista de frases clave en inglés para ayudarles a construir sus diálogos. • Práctica supervisada: El docente circula por el aula ofreciendo ayuda y verificando que los diálogos sean correctos. Los estudiantes deben practicar el diálogo varias veces con su pareja. <p>Representación de los diálogos</p>		30'
--	--	--	-----



	<ul style="list-style-type: none"> • Presentación de los diálogos: Después de practicar, cada pareja representa su diálogo frente a la clase. Se crea un ambiente relajado donde los errores se ven como oportunidades para mejorar. • Retroalimentación positiva: El docente ofrece retroalimentación positiva, destacando los aspectos que hicieron bien y sugiriendo mejoras de manera constructiva. 		
<p>FINAL</p>	<p>Reflexión en grupo El docente invita a los estudiantes a compartir sus experiencias al crear y representar los diálogos. Se les pide que reflexionen sobre cómo estos ejercicios les ayudaron a recordar el vocabulario y las estructuras en inglés. Preguntas de reflexión: "¿Qué aprendiste hoy sobre hablar en inglés?" "¿Te resultó fácil recordar las palabras después de los ejercicios de memoria?" Autoevaluación: Los estudiantes califican en una escala del 1 al 5 (siendo 5 "mejoré mucho" y 1 "me costó bastante") cómo creen que mejoraron en la creación de diálogos y en los ejercicios de memoria. Tarea de Refuerzo Crear un diálogo en casa Los estudiantes deben escribir un diálogo simple en inglés sobre un tema cotidiano (por</p>	<p>Papel Bond Lapiceros</p>	<p>20´</p>

	<p>ejemplo, en una tienda, en un parque, en un restaurante) y practicarlo con un amigo o familiar. Se les sugiere que practiquen frente a un espejo para mejorar su pronunciación y confianza.</p> <p>Además, deben intentar recordar las palabras clave y frases que usaron en los diálogos sin leerlas para reforzar la memoria.</p>		
--	--	--	--

VIII. EVALUATION

LEARNING HOPE	PERCENTAGE	NUMBER OF REAGENTS	POINT
Understand of Text	30%	1	6
Production of Text	35%	1	7
Oral Expression	35%	1	7
Total	100%	3	20

IX. MEANS AND MATERIALS

Materiales didácticos: Tarjetas con imágenes (supermercado, comida, tienda), lista de frases clave en inglés, pizarra y plumones.

Tecnología: Reproductor de música suave para la fase de motivación y para acompañar la práctica de los diálogos.



Espacio: Aula organizada en semicírculo para facilitar la interacción en parejas.

X. BIBLIOGRAPHY

- English secondary 1º, MINEDU
- Postcards 1A, PEARSON LONGMAN
- Gateways, Oxfor University Press

Vº Bº

Prof. Esperanza Ugarte Nina



Sesión de aprendizaje N° 04

V. GENERAL DATA:

SCHOOL : IES "HORACIO ZEBALLOS GÁMEZ"

COURSE : INGLÉS

TITLE : IMPROVING ENGLISH THROUGH SUGGESTOPEDIA

GRADE AND SECTION : PRIMERO "A"

TIME : 90´

TEACHER : ESPERANZA UGARTE NINA

VI. LEARNING HOPE

Desarrolla sus capacidades y mejora la concentración en el aprendizaje del inglés.

VII. SEQUENCE DIDACTICAL

El profesor crea un ambiente relajado y receptivo que estimule la participación activa y la concentración.

VIII. DEVELOPMENT ACTIVITIES

STAGES	LEARNING STRATEGIES	RESOURCES	TIME
INITIAL	Dinámica de bienvenida: Iniciar con música suave instrumental (por ejemplo, música clásica) mientras los estudiantes ingresan al aula. Los estudiantes toman asiento en forma de semicírculo.	Equipo de sonido USB	15´



	<p>Relajación y visualización positiva: El docente guía una breve sesión de relajación de 5 minutos, con respiración profunda. Luego, se les pide a los estudiantes que cierren los ojos y visualicen que pueden hablar inglés fluidamente, en un entorno cómodo y agradable.</p> <p>Frase motivadora: El docente comparte una frase inspiradora relacionada con el aprendizaje de idiomas, como: "Hoy es el día perfecto para aprender algo nuevo sin estrés".</p>	Laptop CD	
PROCESS	<p>Introducción al nuevo vocabulario</p> <p>Utilizando tarjetas ilustradas (flashcards) con imágenes de objetos cotidianos, el docente muestra nuevas palabras en inglés relacionadas con el tema de "La escuela" (school, pencil, book, teacher, etc.).</p> <p>Mientras el docente muestra cada tarjeta, repite la palabra en inglés suavemente, acompañado de la música de fondo. Los estudiantes repiten las palabras en un tono bajo y relajado.</p> <p>Diálogo simple: El docente realiza un breve diálogo en inglés que integre las nuevas palabras. Por ejemplo:</p> <p>Teacher: "Hello, how are you?"</p> <p>Student: "I am fine, thank you."</p>	Fichas cuestionario Equipo de sonido Data display USB Laptop CD	20´



	<p>Teacher: "What is this?" (señalando una tarjeta)</p> <p>Student: "This is a pencil."</p> <p>Desarrollo de Capacidades</p> <p>Propósito: Promover el uso activo del nuevo vocabulario mediante actividades lúdicas que fomenten la concentración y el aprendizaje sin presión.</p> <p>Juego de roles con música</p> <p>Los estudiantes se dividen en parejas o pequeños grupos y escogen un diálogo simple que represente una situación cotidiana, como "ir a la tienda" o "hablar con el maestro". Cada grupo practica el diálogo mientras la música suave sigue sonando de fondo.</p> <p>Rueda de preguntas: El docente se mueve por el aula haciendo preguntas suaves a cada grupo en inglés, promoviendo la interacción y la repetición de palabras clave.</p> <p>Memoria visual</p> <p>Colocar 10 imágenes en el tablero que correspondan con las palabras aprendidas (school, book, pencil, etc.). Los estudiantes tienen 1 minuto para observar y memorizar las imágenes.</p>		30'
--	---	--	-----



	Retirar las imágenes y pedir a los estudiantes que, en parejas, escriban las palabras que recuerdan en inglés. Se premia a quienes recuerden más palabras, pero en un ambiente relajado, sin presionar.		
FINAL	<p>Reflexión en grupo</p> <p>El docente guía una breve conversación en español, pidiendo a los estudiantes que compartan cómo se sintieron aprendiendo inglés con música y relajación. Se les pregunta: ¿Creen que aprendieron mejor hoy? ¿Se sintieron menos nerviosos?</p> <p>Autoevaluación positiva: Los estudiantes califican su nivel de concentración y aprendizaje en una escala del 1 al 5 (siendo 5 "me concentré mucho" y 1 "me costó concentrarme")</p> <p>Tarea de Refuerzo</p> <p>Los estudiantes deben crear en casa una lista de 5 nuevas palabras en inglés relacionadas con objetos de su entorno (hogar, naturaleza, etc.) y escribir una oración simple con cada una.</p> <p>También se les anima a escuchar música suave mientras estudian en casa, para continuar aplicando la técnica sugestopédica.</p>	<p>Papel Bond</p> <p>Lapiceros</p>	20´



XI. EVALUATION

LEARNING HOPE	PERCENTAGE	NUMBER OF REAGENTS	POINT
Understand of Text	30%	1	6
Production of Text	35%	1	7
Oral Expression	35%	1	7
Total	100%	3	20

XII. MEANS AND MATERIALS

Materiales didácticos: Tarjetas ilustradas (flashcards), pizarra y plumones.

Tecnología: Equipo de sonido para música relajante (música clásica o instrumental suave).

Espacio: Aula organizada en semicírculo para promover un ambiente relajado y cercano.

XIII. BIBLIOGRAPHY

- English secondary 1º, MINEDU
- Postcards 1A, PEARSON LONGMAN
- Gateways, Oxfor University Press

Vº Bº

Prof. Esperanza Ugarte Nina

3.2 RESULTADOS DE LAS ACTIVIDADES PEDAGÓGICAS

La aplicación del método de Sugestopedia permitió a los estudiantes mejorar significativamente su capacidad para retener información. Gracias a la relajación profunda y la receptividad aumentada durante las sesiones de aprendizaje, los estudiantes lograron recordar vocabulario, estructuras gramaticales y conceptos lingüísticos con mayor facilidad y durante períodos más prolongados.

Los estudiantes experimentaron un notable desarrollo en todas las destrezas del idioma inglés. La exposición regular a materiales auténticos en inglés y la práctica activa de habilidades lingüísticas como la expresión oral y escrita, la comprensión auditiva y la lectura, les permitieron adquirir y mejorar sus competencias lingüísticas de manera significativa.

La aplicación de sugerencias positivas y el ambiente de apoyo creado por la Sugestopedia contribuyeron a fortalecer la confianza y la autoestima de los estudiantes en sus habilidades lingüísticas. Esto les permitió participar más activamente en las actividades de aprendizaje y enfrentar nuevos desafíos con seguridad y determinación.

Los estudiantes lograron desarrollar una comunicación más fluida y natural en inglés. Gracias al enfoque en el aprendizaje sin esfuerzo consciente y centrado en el subconsciente, pudieron expresarse con mayor claridad y precisión, así como comprender y responder de manera efectiva en diversas situaciones de habla inglesa.



El ambiente positivo y relajado promovido por la Sugestopedia ayudó a reducir el estrés y la ansiedad asociados con el aprendizaje del inglés. Esto permitió a los estudiantes sentirse más cómodos y seguros al enfrentar los desafíos lingüísticos, lo que mejoró significativamente su experiencia educativa y su bienestar general.



CONCLUSIONES

- PRIMERA.** - Conocer el método de sugestopedia para acelerar el proceso de aprendizaje de idiomas. La relación entre el maestro y los estudiantes en la enseñanza es como la de padres e hijos. El proceso de enseñanza-aprendizaje está "centrado en el alumno". También de concluye que uno de los principios fundamentales del método es mejorar los sentimientos de relajación y confianza de los estudiantes. Los errores de los estudiantes se corrigen con suavidad, y el maestro utiliza una voz suave. Suggestopedia utiliza cuatro etapas principales de la siguiente manera: presentación, concierto activo, concierto pasivo y práctica.
- SEGUNDA.** - El método sugestopedico se considera una actividad muy importante y sencilla de aplicar, porque mediante este método se desarrollan las capacidades de mejorar la concentración que conduce al super aprendizaje como en el área de inglés.
- TERCERA.** - Se aplicó el método de la sugestopedia y se empleó eficazmente para enseñar vocabulario a los alumnos, puede mejorar el aprendizaje y hacer que la enseñanza y el aprendizaje sean interesantes. Por lo tanto, proporcionó un entorno de aula de sugestopedia y que se empleó el método para ayudar a los jóvenes estudiantes de idiomas a aprender en un entorno ambiental. Esto podría aumentar su interés y motivar a aprender el vocabulario más fácil.



CUARTA. - Se empleó eficazmente el método de la sugestopedia y para enseñar habilidades comunicativas a través de la creación de diálogos simples en inglés reforzadas por ejercicios de memoria visual y auditiva. Al integrar tanto la producción oral como la retención de información, se busca mejorar la fluidez y confianza de los estudiantes en el uso del inglés en situaciones de su diario vivir.



RECOMENDACIONES

- PRIMERA.** - Se recomienda a los docentes del idioma inglés la implementación del método de la Sugestopedia. La Institución Educativa Secundaria Horacio Zeballos Gámez de Juliaca, 2023. Además, se recomienda establecer una relación sólida entre el maestro y los estudiantes, similar a la dinámica de padres e hijos, para fomentar un ambiente de confianza y respeto. Se propone centrar el proceso de enseñanza-aprendizaje en las necesidades individuales del alumno, adaptando las estrategias de enseñanza según sus estilos y ritmos de aprendizaje. Se sugiere corregir los errores de los estudiantes con suavidad, utilizando una voz amable y constructiva para promover la confianza y el bienestar emocional.
- SEGUNDA.** - Se recomienda a los docentes tener mucha paciencia al momento de aplicar la sugestopedia e introducir la música clásica a los estudiantes. Además, se sugiere considerar el método sugestopédico como una herramienta valiosa y accesible para mejorar la concentración y facilitar el "super aprendizaje", especialmente en el aprendizaje del inglés. Se recomienda explorar cómo las técnicas de Sugestopedia pueden ser aplicadas de manera efectiva para potenciar la retención y el procesamiento de la información en el aula de idiomas.
- TERCERA.** - Se recomienda aplicar el método de la sugestopedia para desarrollar las capacidades y mejorar la concentración en el área



de inglés en la Institución Educativa Secundaria Horacio Zeballos Gámez de Juliaca, 2023. Además, se propone la implementación del método de Sugestopedia para enseñar vocabulario a los alumnos como una estrategia efectiva para mejorar el aprendizaje y aumentar la motivación. Se recomienda crear un entorno de aula sugestopédica que involucre a los estudiantes de manera activa y les motive a participar en el proceso de aprendizaje. Se sugiere compartir experiencias y recomendaciones prácticas para ayudar a otros educadores a aplicar el método de Sugestopedia en sus propios contextos educativos.

CUARTA. - Se recomienda a los docentes del área de inglés implementar actividades que combinen la producción oral con ejercicios de memoria visual y auditiva en las clases del inglés. Esto permitirá a los estudiantes reforzar tanto su capacidad para comunicarse eficazmente como su capacidad para retener información clave. Además, es fundamental diversificar los contextos en los que los estudiantes practican los diálogos, proporcionándoles condiciones ordinarias variadas que les permitan aplicar el inglés de una manera sensata y relevante. El uso sostenido de estrategias que desarrollen la confianza en uno mismo y reduzcan la ansiedad, incluidos comentarios maravillosos y un ambiente relajado, ayudará a los estudiantes a desarrollar mayor fluidez y confianza en el uso del idioma.



REFERENCIAS

- Arnold, J. (2022). El papel de la relajación en el aprendizaje: implicaciones para las prácticas educativas. *Revista de Psicología Educativa*, 34(1), 45-61.
- Brown, H. D. (2018). Enseñar por principios: Un enfoque interactivo de la pedagogía del lenguaje (4ª ed.). Educación Pearson.
- Dörnyei, Z., & Ryan, S. (2015). La psicología del aprendiz de idiomas revisada. Routledge.
- Dweck, C. S. (2022). *Mindset: La nueva psicología del éxito*. Random House.
- Georgi Lozanov (2008) taken at Inaugral conference of Lozanov International Trainers Association in Viktorsberg, Austria on 8th of May, 2008. Photo by Kaz Hagiwara
- Godwin-Jones, R. (2022). Tecnologías emergentes: la evolución de los roles de los profesores de idiomas. *Aprendizaje de Idiomas y Tecnología*, 22(1), 11-17.
- Harmer, J. (2022). *La práctica de la enseñanza de la lengua inglesa* (5ª ed.). Educación Pearson.
- Immordino-Yang, M. H. (2016). Emociones, aprendizaje y cerebro: Explorando las implicaciones educativas de la neurociencia afectiva. W. W. Norton & Company.
- Jensen, E. (2022). *Aprendizaje basado en el cerebro: el nuevo paradigma de la enseñanza* (3ª ed.). Prensa Corwin.
- Krashen, S. D. (2022). *La hipótesis de entrada: Problemas e implicaciones*. Editorial Laredo.
- Larsen-Freeman, D., & Anderson, M. (2013). *Técnicas y principios en la enseñanza de lenguas* (3ª ed.). Oxford University Press.



- Lohr, L., & Aceto, M. (2020). Estrategias de aprendizaje subconsciente en la adquisición del lenguaje. *Revista de Aprendizaje de Idiomas*, 27(2), 78-95.
- McDonough, J., & Shaw, C. (2023). *Materiales y métodos en ELT: Guía para el profesor* (3ª ed.). Wiley-Blackwell.
- Nunan, D. (2022). *Enseñanza de inglés a hablantes de otros idiomas: Una introducción*. Routledge.
- Richards, J. C., & Rodgers, T. S. (2014). *Enfoques y métodos en la enseñanza de lenguas* (3ª ed.). Cambridge University Press.
- Richards, J. C., & Rodgers, T. S. (2023). *Enfoques y métodos en la enseñanza de lenguas* (3ª ed.). Cambridge University Press.
- Tomlinson, B. (2016). La importancia de un enfoque holístico de la enseñanza de idiomas. *Revista Internacional de Lingüística Aplicada*, 26(3), 352-370.
- Tomlinson, B. (2022). La importancia de un enfoque holístico de la enseñanza de idiomas. *Revista Internacional de Lingüística Aplicada*, 26(3), 352-370.



ANEXOS

Rúbrica para Evaluar el Aprendizaje de los Estudiantes Usando el Método de Sugestopedia

criterio	Excelente (4)	Bueno (3)	Aceptable (2)	Mejorable (1)
Ambiente de Relajación y Participación Activa	El estudiante muestra una actitud relajada y participativa durante toda la sesión, se involucra activamente en las actividades, y se siente cómodo trabajando en un ambiente libre de ansiedad.	El estudiante participa en las actividades y muestra una actitud relajada la mayor parte del tiempo, aunque en algunos momentos necesita más apoyo para sentirse cómodo.	El estudiante participa de manera limitada en las actividades, pero en ocasiones muestra signos de ansiedad o falta de relajación.	El estudiante muestra dificultad para relajarse y participar activamente, y requiere constante apoyo para involucrarse en las actividades.
Producción Oral (Diálogos y Juegos de Rol)	El estudiante genera diálogos en inglés de manera fluida y creativa, utilizando correctamente las estructuras aprendidas, con mínima intervención del docente. Su pronunciación es clara y confiada.	El estudiante participa en la creación de diálogos en inglés y utiliza las estructuras básicas con corrección. Su pronunciación es comprensible y muestra seguridad, aunque requiere algunas correcciones.	El estudiante realiza diálogos simples con ayuda y presenta errores en las estructuras o pronunciación. Muestra inseguridad en su comunicación oral.	El estudiante tiene dificultad para crear o participar en diálogos, comete muchos errores en las estructuras básicas y muestra falta de confianza al hablar.
Memorización y Retención del Vocabulario	El estudiante retiene y utiliza correctamente el vocabulario clave sin necesidad de apoyo, recordando las palabras aprendidas durante la sesión con precisión y aplicándolas en	El estudiante recuerda la mayoría de las palabras clave, pero en ocasiones necesita apoyo o pistas para utilizarlas correctamente en los ejercicios y diálogos.	El estudiante recuerda solo algunas palabras clave y necesita apoyo constante para usarlas adecuadamente en los ejercicios.	El estudiante tiene dificultad para recordar y utilizar el vocabulario aprendido, incluso con apoyo o pistas.



	contextos nuevos.			
Interacción en Actividades Grupales	El estudiante colabora de manera activa y positiva en las actividades grupales o en pareja, respetando las opiniones de sus compañeros y contribuyendo al desarrollo conjunto de los diálogos y dinámicas.	El estudiante participa de forma positiva en las actividades grupales, aunque con menos iniciativa en algunos momentos. Cooperar con sus compañeros y contribuye al desarrollo del trabajo.	El estudiante participa de manera limitada en las actividades grupales y, aunque coopera, necesita motivación constante para involucrarse en la dinámica de grupo.	El estudiante tiene dificultad para trabajar en equipo, no colabora de manera activa y se muestra desconectado o reacio a participar en las actividades grupales.
Actitud frente al Aprendizaje a través de la Música y Juegos	El estudiante disfruta y se involucra plenamente en las actividades basadas en la música y juegos, mostrando una actitud positiva y curiosidad por aprender de manera lúdica.	El estudiante participa en las actividades con música y juegos, aunque muestra entusiasmo variable a lo largo de la sesión. Acepta el enfoque lúdico del aprendizaje.	El estudiante muestra poco interés por las actividades basadas en música y juegos, participando de forma mínima o con cierta resistencia al enfoque lúdico.	El estudiante no muestra interés por las actividades lúdicas y basadas en la música, con dificultades para comprometerse en este tipo de aprendizaje.

Interpretación de los Niveles de Desempeño:

- **Excelente (4):** El estudiante demuestra un dominio completo de las habilidades y actitudes esperadas dentro del enfoque sugestopédico, participando de manera activa, fluida y relajada.
- **Bueno (3):** El estudiante tiene un buen desempeño, mostrando dominio adecuado de las competencias propuestas, aunque con algunas áreas de mejora.
- **Aceptable (2):** El estudiante presenta dificultades moderadas en la retención de información o en la participación activa, necesitando apoyo ocasional para cumplir con los objetivos de aprendizaje.
- **Mejorable (1):** El estudiante presenta problemas significativos en la participación, retención y aplicación de las competencias, requiriendo intervención y apoyo constante por parte del docente.

Criterios Evaluados:

1. **Ambiente de relajación y participación activa:** Evalúa cómo el estudiante se adapta al ambiente relajado que promueve la sugestopedia y su nivel de participación.



2. **Producción oral:** Mide la habilidad del estudiante para generar diálogos simples y expresarse de manera oral en inglés.
3. **Memorización y retención del vocabulario:** Evalúa la capacidad del estudiante para recordar y utilizar el vocabulario y las estructuras enseñadas.
4. **Interacción en actividades grupales:** Observa cómo el estudiante colabora con sus compañeros en dinámicas de grupo.
5. **Actitud frente al aprendizaje con música y juegos:** Mide el grado de motivación del estudiante al aprender inglés a través de recursos lúdicos y musicales, elementos esenciales en la sugestopedia.

Esta rúbrica permite evaluar de manera holística el proceso de aprendizaje del inglés bajo el método de sugestopedia, integrando tanto la participación activa como el desarrollo de las competencias comunicativas y retentivas.

Ficha de observación



N°	INDICADOR	Identifica el sonido de la letra inicial relacionándolo con una palabra o imagen.			Hace uso de una correcta pronunciación, al pronunciar las letras de la A-Z"		
		Comprende textos (6)	Produce textos (7)	Se expresa oralmente (7)	Comprende textos (6)	Produce textos (7)	Se expresa oralmente (7)
1							
2							
3							
4							
5							
6							
7							
8							
9							
10							
11							
12							
13							
14							
15							
16							
17							
18							
19							
20							
21							
22							



ANEXO 1
FORMULARIO DE AUTORIZACIÓN

AUTORIZACIÓN PARA LA INCORPORACIÓN DE LOS
TRABAJOS DE INVESTIGACIÓN
EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL UANCV

Formato digital

Fecha de entrega: 16-12-2024

1. Datos del autor (es):

Nombres y Apellidos: Esperanza Ugarle Nino
Dirección: Av. Los Andes N° 130
DNI/Carné de Extranjería/Pasaporte N°: 09775021
Teléfono: 930163030 email: Esperanzaugarlenina@gmail.com

Nombres y Apellidos: _____
Dirección: _____
DNI/Carné de Extranjería/Pasaporte N°: _____
Teléfono: _____ email: _____

Facultad y/o Escuela de Posgrado: Educación
Escuela Profesional o Mención: Educación
Título o Grado Académico a optar: Enseñanza del inglés como lengua extranjera
Asesor: _____

Esta obra se encuentra dentro de las siguientes denominaciones:
Trabajo de Investigación Tesis Trabajo de Suficiencia Profesional Trabajo Académico

Título: Método Sugestopedia para el aprendizaje del inglés en estudiantes del primer grado A en la institución educativa secundaria Horacio Zeballos Gámez de Juliaca, 2023

Palabras claves, (3 a 5 términos): Aprendizaje del inglés, Método sugestopedia

¿Esta obra se desarrolló en la UANCV ^{1, 2}?

¹ Indicar si su producción intelectual ha empleado recursos tales como, instalaciones, laboratorios, insumos, equipos, bases de datos, asesoría técnica por parte del personal de la UANCV, financiamiento, entre otros relacionados.

² Si su producción intelectual se desarrolló en la UANCV totalmente o parcialmente, deberá autorizar el depósito en el Repositorio de manera obligatoria.



2. Referencia de tesis:

Bachiller Título 2da Especialidad Maestría Doctorado

3. Licencias:

a) Licencia estándar:

Bajo los siguientes términos, autorizo el depósito de mi tesis en el Repositorio Digital de la UANCV.

Con la autorización de depósito de mi producción intelectual, otorgo a la Universidad Andina "Néstor Cáceres Velásquez" una licencia no exclusiva para reproducir, distribuir, comunicar al público, transformar (únicamente mediante su traducción a otros idiomas) y poner a disposición del público mi producción intelectual (incluido el resumen), en formato físico o digital, en cualquier medio, conocido o por conocerse, a través de los diversos servicios por la Universidad, creados o por crearse, tales como el Repositorio Digital de tesis UANCV, colección de producción intelectual, entre otros, en el Perú y en el extranjero por el tiempo y veces que considere necesarias, y libres de remuneraciones.

En virtud de dicha licencia, la Universidad Andina "Néstor Cáceres Velásquez" podrá reproducir mi producción intelectual en cualquier tipo de soporte y en más de un ejemplar, sin modificar su contenido, solo con propósitos de seguridad, respaldo y preservación.

Declaro que la producción intelectual es una creación de mi autoría y exclusiva titularidad, coautoría con titularidad compartida, y me encuentro facultado a conceder la presente licencia y, asimismo, garantizo que dicha producción intelectual no infringe derechos de autor de terceras personas.

La Universidad Andina "Néstor Cáceres Velásquez" consignará el nombre del y/o los autor(es) de la producción intelectual, y no le hará ninguna modificación más que la permitida en la licencia.

Autorizo su publicación (marque con una X)

Sí, autorizo que se deposite inmediatamente.
 Sí, autorizo que se deposite a partir de la fecha (d/m/a): _____
 No autorizo.

b) Licencia CREATIVE COMMONS 4.0 INTERNACIONAL:

Si usted concede una licencia CREATIVE COMMONS sobre su producción intelectual, mantiene la titularidad de los derechos de autor de esta y, a la vez, permite que otras personas puedan reproducirla, comunicarla al público y distribuir ejemplares de esta, bajo las condiciones siguientes:

¿Quiere permitir usos comerciales de su producción intelectual?

Sí: significa que usted permite la reproducción, distribución y comunicación pública de la producción intelectual incluso con fines comerciales.

No: significa que usted permite la reproducción, y comunicación pública de la producción intelectual, pero sin fines comerciales.

Sí autorizo
 No autorizo



Jurisdicción de su Licencia

Todas las licencias CREATIVE COMMONS son de ámbito mundial, sin embargo, usted puede elegir entre la opción "internacional" o una adaptada a su jurisdicción, como para el caso peruano.

La opción "internacional" emplea el lenguaje y la terminología de los tratados internacionales; en cambio, la adaptada a su jurisdicción, recoge las particularidades de la legislación peruana.

En consecuencia, la opción "internacional" goza de una mayor eficacia a nivel mundial, gracias a que tiene jurisdicción neutral. Mientras que la opción adaptada a la jurisdicción del Perú goza de una mayor eficacia ante los tribunales peruanos.

Internacional

Nacional

Línea de investigación: Didáctica intercultural -5E626

Firma de Autor



huella digital

16 de diciembre del 2024

Fecha