

**UNIVERSIDAD ESTATAL  
PENÍNSULA DE SANTA ELENA**

**FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS**

**INSTITUTO DE POSTGRADO**

**TÍTULO DE ARTÍCULO**

**MÉTODO HERVAT PARA FORTALECER EL APRENDIZAJE EN LOS**

**ESTUDIANTES DE OCTAVO GRADO**

**AUTOR (A)**

**MARÍA JOSÉ BAQUERIZO AQUINO**

**TRABAJO DE TITULACIÓN**

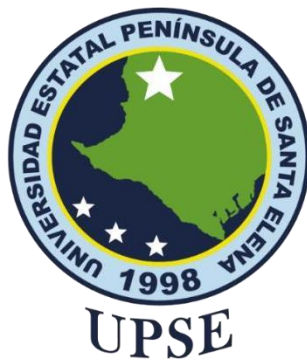
**Previo a la obtención del grado académico en  
MAGÍSTER EN PSICOPEDAGOGÍA**

**TUTOR (A)**

**MSc. Bodero Arizaga, Lorena**

**Santa Elena, Ecuador**

**Año 2023**



## TRIBUNAL DE SUSTENTACIÓN

Los suscritos calificadores, aprueban el presente trabajo de titulación, el mismo que ha sido elaborado de conformidad con las disposiciones emitidas por el Instituto de Postgrado de la Universidad Estatal Península de Santa Elena.



Firmado electrónicamente por:  
HAROL MARCIAL  
CASTILLO DEL VALLE

---

Harol Castillo Del Valle, Mgtr.  
**ESPECIALISTA**



Firmado electrónicamente por:  
JOHANNA LILIBETH  
ALCIVAR PONCE

---

Johanna Alcívar Ponce, Mgtr.  
**ESPECIALISTA**



Firmado electrónicamente por:  
LORENA DEL CARMEN  
BODERO ARIZAGA

---

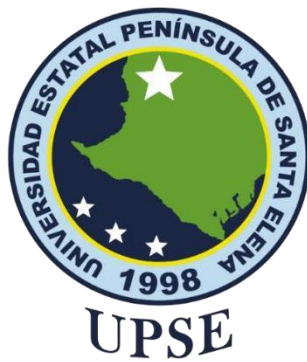
Lenin Iñiguez Apolo, Mgtr.  
**COORDINADOR DEL  
PROGRAMA**

---

Lorena Bodero Arizaga, Mgtr.  
**TUTOR**

---

Abg. María Rivera González, Mgtr.  
**SECRETARIO GENERAL**  
UPSE



## **CERTIFICACIÓN:**

En mi calidad de Tutor del Proyecto de investigación, “MÉTODO HERVAT PARA FORTALECER EL APRENDIZAJE EN LOS ESTUDIANTES DE OCTAVO GRADO”, elaborado por la Ing. MARÍA JOSÉ BAQUERIZO AQUINO de la MAESTRÍA EN PSICOPEDAGOGÍA, de la Universidad Estatal Península de Santa Elena, previo a la obtención del Título de MAGÍSTER EN PSICOPEDAGOGÍA, me permito declarar que luego de haber orientado, dirigido científica y técnicamente su desarrollo y estructura final del trabajo, este cumple y se ajusta a los estándares académicos y científicos, razón por la cual lo apruebo en todas sus partes.

Atentamente,



Firmado electrónicamente por:  
LORENA DEL CARMEN  
BODERO ARIZAGA

---

Lorena Boderó Arizaga, Mgtr  
C.I. 0913782777  
**TUTOR (A)**



## DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD

Yo, María José Baquerizo Aquino

### DECLARO QUE:

El trabajo de titulación, modalidad Artículo Científico, “**MÉTODO HERVAT PARA FORTALECER EL APRENDIZAJE EN LOS ESTUDIANTES DE OCTAVO GRADO**”, previa a la obtención del Grado Académico de Magíster en Psicopedagogía, ha sido desarrollado con base a una investigación exhaustiva, respetando derechos intelectuales de terceros conforme las citas y cuyas fuentes se incorporan en la bibliografía. Consecuentemente este trabajo es de mi total autoría.

En virtud de esta declaración, me responsabilizo del contenido, veracidad y alcance científico del trabajo de titulación

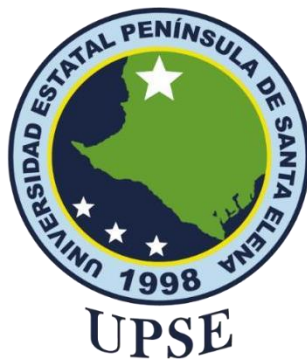
Santa Elena, a los 4 días del mes de octubre de 2023

---

MARÍA JOSÉ BAQUERIZO AQUINO

C.I. 0924543234

**AUTOR (A)**



## **AUTORIZACIÓN**

Yo, María José Baquerizo Aquino

## **DERECHOS DE AUTOR**

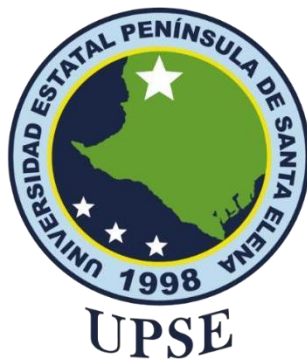
Autorizo a la Universidad Estatal Península de Santa Elena para que haga de este trabajo de titulación, o parte de él, un documento disponible para su lectura, consulta y procesos de investigación, según las normas de la Institución.

Cedo los derechos en línea patrimoniales de “MÉTODO HERVAT PARA FORTALECER EL APRENDIZAJE EN LOS ESTUDIANTES DE OCTAVO GRADO” con fines de difusión pública; además, apruebo la reproducción de este artículo académico dentro de las regulaciones de la Universidad, siempre y cuando esta reproducción no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autor.

Santa Elena, a los 4 días del mes de octubre de 2023

---

María José Baquerizo Aquino  
C.I. 0924543234  
**AUTOR (A)**



## **TEMA**

**“MÉTODO HERVAT PARA FORTALECER EL APRENDIZAJE EN LOS ESTUDIANTES DE OCTAVO GRADO”**

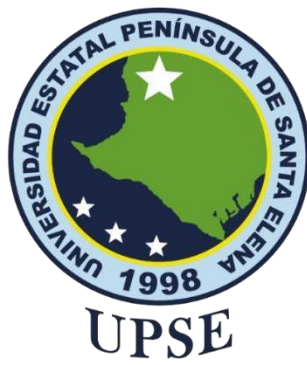
**Autor:** María José Baquerizo Aquino

**Tutor:** Lorena Boderó Arizaga, Mgtr

## **RESUMEN**

El Método HERVAT tiene un impacto positivo en el aprendizaje de los estudiantes pues mejora los procesos atencionales a través de la realización de 6 ejercicios que son: hidratación, equilibrio, respiración, visión, audición y tacto. Por ello, el presente artículo se planteó como objetivo: analizar el método HERVAT como estrategia para mejorar el aprendizaje en los estudiantes de octavo grado de la Unidad Educativa “La Libertad”, de la provincia de Santa Elena-Ecuador. El aspecto metodológico se desarrolló desde un enfoque mixto de investigación, empleando la técnica de la observación y la encuesta para recolectar información en una muestra de 50 discentes de octavo grado de EGB, una (1) docente de la asignatura Lengua y Literatura y un (1) directivo de la mencionada Institución. Se concluye que, previo al estudio no se empleaban las pausas activas en el aula de clases lo que generaba agotamiento físico y mental en los educandos y un ambiente poco favorecedor para la educación, situación que cambió notablemente al aplicar el método HERVAT, contribuyendo a la mejora de los procesos atencionales en el aprendizaje de los estudiantes.

**Palabras claves:** hervat, pausas activas, agotamiento, estrés, educación.



## TEMA

“HERVAT METHOD TO STRENGTHEN LEARNING IN EIGHTH GRADE STUDENTS”

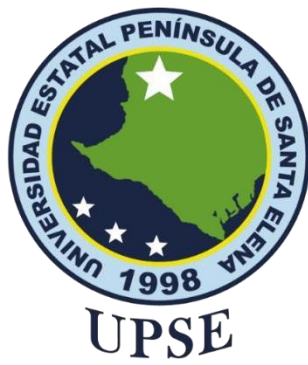
**Autor:** María José Baquerizo Aquino

**Tutor:** Lorena Bodero Arizaga, Mgtr

## ABSTRACT

The HERVAT Method has a positive impact on student learning as it improves attentional processes through the performance of 6 exercises that are: hydration, balance, breathing, vision, hearing and touch. For this reason, the objective of this article was: to analyze the HERVAT method as a strategy to improve learning in eighth grade students of the "La Libertad" Educational Unit, in the province of Santa Elena-Ecuador. The methodological aspect was developed from a mixed research approach, using the observation and survey technique to collect information in a sample of 50 eighth grade EGB students, one (1) teacher of the Language and Literature subject and one (1) director of the aforementioned Institution. It is concluded that, prior to the study, active breaks were not used in the classroom, which generated physical and mental exhaustion in students and an unfavorable environment for education, a situation that changed significantly when applying the HERVAT method, contributing to the improvement of attentional processes in student learning.

**Keywords:** hervat, active breaks, exhaustion, stress, education.



## “MÉTODO HERVAT PARA FORTALECER EL APRENDIZAJE EN LOS ESTUDIANTES DE OCTAVO GRADO”

CERTIFICADO DE ACEPTACIÓN PARA PUBLICACIÓN



Revista Latinoamericana de  
Ciencias Sociales y Humanidades

### Constancia de Aprobación

Por medio de la presente se da constancia que el artículo de investigación titulado **Método HERVAT para fortalecer el aprendizaje en los estudiantes de Octavo grado**, de las autoras *María José Baquerizo Aquino* y *Lorena Bodero Arizaga* ha sido aprobado para su publicación en el Vol. IV, Número 2, en la Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades, con ISSN en línea: 2789-3855, indexada en Latindex Catálogo 2.0, LatinRev, Livre, REBID, entre otros.

El artículo ha sido evaluado y aprobado mediante el sistema de evaluación por pares de doble ciego (*double-blind peer review*), y la revisión anti plagio vía software de índice de similitud, cumpliendo con los estándares de aprobación establecidos por el Comité Editorial.

Se expide la presente constancia a los 25 días del mes de julio del año 2023.

Podrá verificarse la publicación del artículo accediendo a <https://latam.redilat.org/>

Dr. Anton P. Baron  
Editor en Jefe LATAM  
Red de Investigadores Latinoamericanos



LATAM  
Revista  
Latinoamericana de Ciencias  
Sociales y Humanidades

Nombre y URL que avale la pertenencia de la revista:  
<https://latam.redilat.org/index.php/lt/article/view/961>