

## Reconectar con mis estudiantes de secundaria a través de la Neuroeducación Proyecto de Transformación de la Práctica

### Formato de entrega del PTP 2

Nombre del participante: José Luis Álvarez Cabrera

**Indicaciones:** Con base en el estudio y análisis del módulo 2, redacta tus conclusiones del PTP 2.

### Conclusiones

Escribe aquí

En ocasiones creemos que estamos haciendo bien las cosas, más sin embargo necesitamos voltear a ver a nuestros alumnos y salir de esa línea de rigidez o quizás de autoritarismo donde la rutina nos lleva en la misma corriente y nunca preguntamos a los chicos si se sienten cómodos, no sabemos si la cuestión emocional y sentimental es favorable para todos, si todo está bien; damos por hecho que todo lo entienden, que damos nuestras mejores clases pero no es así, en lo personal me ha pasado que me concreto en dar mayor atención a los tiempos para terminar en tiempo y forma los contenidos y el programa de estudio por la presión que ejerce el director o el supervisor. Entonces me he percatado de ello y me he propuesto implementar alguna estrategia donde considere el sentir del alumno, si se encuentra bien, si le gusta la clase y sugiera como le gustaría que fuera, cuáles son sus preocupaciones, si tiene alguna dificultad o problemática ya sea personal o familiar, si su bienestar es óptimo, etc.

De cierta manera los alumnos están solos ya que los padres actualmente tienen que trabajar ambos, entonces no sienten esa tensión, cariño y la falta de comunicación con ellos. Pasaría lo visto en el video NO SEAS ESTRELA, dado a las actividades que realizan por las tardes sin ser supervisados por algún miembro de la familia se encontrarían en una situación peligrosa o de riesgo, ya que están inmersos en la tecnología haciendo uso de redes sociales publicando cuestiones personales, pero no solamente ello sino que también se salen de casa sin el permiso o consentimiento de los papás, lo cual los puede llevar a tomar decisiones erróneas al influir otras personas en su vida personal, como tomar bebidas alcohólicas, fumar vapeadores, al fin que tus papás no están en casa y no se van a dar cuenta, esto es lo que me ha tocado vivir con mis alumnos.

La interrelación entre emociones y desempeño académico es un tema que nos debe ocupar en el ámbito educativo. Como docente, reconozco que las emociones juegan un papel crucial en el rendimiento de mis estudiantes, especialmente en procesos cognitivos como el aprendizaje, la memoria, el razonamiento y la resolución de problemas. Este vínculo sugiere que las emociones no solo son respuestas afectivas, sino que también modulan la atención y el comportamiento.

No es fácil como tratar las emociones, más sin embargo, debemos explorar estos factores



neuroológicos para buscar estrategias que nos ayuden a gestionar efectivamente las emociones de nuestros alumnos para lograr mejores aprendizajes.

En este sentido, es importante mencionar lo que he realizado como estrategia de manera personal, es sintonizar mis emociones de manera positiva para yo poder pedirles de la misma manera a mis estudiantes que también lo hagan, ya que soy de la idea que no podemos pedir algo si nosotros no lo damos, por ello debemos poner el ejemplo, lo digo por la cuestión de que en algunas ocasiones me han pasado situaciones personales donde me siento destrozado y mis emociones y sentir no están en la mejor armonía que digamos, entonces debemos aprender a dejar nuestros problemas en casa y al llegar a la escuela ser el profesor que mis estudiantes requieren, esa persona que los motive, guíe, aliente, anime a seguir y sobre todo ayudarles a regular las emociones procurando un espacio ameno, donde se sientan seguros con la suficiente confianza para desenvolverse en todos los aspectos y lograr mejores resultados.

La disposición de un alumno para aprender depende fundamentalmente de cómo se siente respecto a su identidad en desarrollo y su integración dentro de su grupo. Estos factores son determinantes en esta etapa crucial. Por tal motivo debemos adoptar una mirada de aprecio hacia los estudiantes, no solamente verificar la asistencia o participación, sino observar su cotidianidad, sus relaciones y lo que les genera bienestar, para crear un ambiente de aprendizaje basado en la confianza.

Actualmente estoy dando relevancia a la plasticidad cerebral, los neurotransmisores, trabajando la dopamina realizando ciertas actividades como son diez minutos de ejercicio diariamente, recomendando que duerman bien y tomen suficiente agua; la oxitocina con la actividad de la gratitud todos los días; la serotonina con la luz del sol; reír, bailar y cantar para trabajar la endorfina.

También se trabaja la cuestión de la motivación y como se dijo anteriormente la confianza y seguridad con experiencias significativas de aprendizaje aplicando el mindfulness una vez por semana para trabajar la paz y tranquilidad interior.



**EDUCACIÓN**  
SECRETARÍA DE EDUCACIÓN



**ConRumbo**  
Transformamos a través de la educación



## Instrumento para evaluar el PTP 2

### EVIDENCIA:

INDICADORES	Insuficiente 10	Suficiente 15	Satisfactorio 20	Destacado 25
<b>Reflexión sobre experiencias previas</b>	No reflexiona sobre experiencias previas de desmotivación en su enseñanza.	Reflexiona superficialmente sobre experiencias previas de desmotivación.	Reflexiona adecuadamente sobre experiencias previas de desmotivación, pero falta profundidad.	Reflexiona profundamente sobre experiencias previas de desmotivación, proporcionando ejemplos claros y detallados.
<b>Implementación de estrategias nuevas</b>	No menciona nuevas estrategias para captar el interés de los estudiantes.	Menciona algunas estrategias nuevas, pero sin detalles específicos.	Menciona varias estrategias nuevas y específicas, pero falta alguna explicación de cómo se implementarán.	Menciona e implementa varias estrategias nuevas de manera específica y detallada, explicando claramente su aplicación.
<b>Impacto de emociones y actitudes</b>	No reflexiona sobre el impacto de sus emociones y actitudes en la cultura de sus alumnos.	Reflexiona superficialmente sobre el impacto de sus emociones y actitudes.	Reflexiona adecuadamente sobre el impacto de sus emociones y actitudes, pero falta profundidad.	Reflexiona profundamente sobre el impacto de sus emociones y actitudes, proporcionando ejemplos claros y detallados.
<b>Fomento de un ambiente Positivo</b>	No menciona estrategias para fomentar un ambiente positivo que estimule el aprendizaje.	Menciona algunas estrategias para fomentar un ambiente positivo, pero sin detalles específicos.	Menciona varias estrategias específicas para fomentar un ambiente positivo, pero falta alguna explicación de cómo se implementarán.	Menciona e implementa varias estrategias específicas y detalladas para fomentar un ambiente positivo, explicando claramente su aplicación.