



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

Propuesta de intervención para fomentar un clima asertivo de aprendizaje **PAUSA NEUROACTIVA**

Definición de objetivos	El objetivo principal es lograr que las aulas sean espacios donde los estudiantes se sientan tranquilos, enfocados y listos para aprender. Para ello, queremos implementar estrategias sencillas que les ayuden a regular sus emociones, trabajar mejor en equipo y mantener su atención activa. Esto no solo mejorará su desempeño académico, sino que también fortalecerá sus habilidades para convivir y enfrentar retos dentro y fuera del aula.
Selección de la acción significativa	La acción propuesta es la "Pausa Neuroactiva", una rutina de 5 minutos al inicio de cada clase. Esta pausa puede incluir ejercicios de respiración para relajarse, dinámicas grupales breves para conectar con el tema de la clase, o actividades que despierten la curiosidad y preparen su mente para el aprendizaje. Por ejemplo: • Respiración guiada: Inhalar y exhalar mientras cuentan hasta 4. • Pregunta motivadora: "¿Qué te gustaría saber sobre el tema de hoy?" • Juego rápido: Asociar palabras relacionadas con el tema. Estas actividades son fáciles de aplicar y puede adaptarse a cualquier asignatura, desde Matemáticas hasta Artes, con el fin de mejorar su disposición para aprender.
Canal de comunicación	Para que esta estrategia funcione, es clave mantener una comunicación constante entre los docentes. Usaremos un grupo de WhatsApp donde todos puedan compartir ideas, dudas y resultados. Además, organizaremos reuniones quincenales para hablar sobre cómo nos está yendo con la "Pausa Neuroactiva", ajustarla si es necesario y compartir ejemplos de lo que mejor ha funcionado. La

	idea es que este canal sea accesible y que todos se sientan parte del proceso.
Proyección de resultados esperados	Con la implementación de la "Pausa Neuroactiva", esperamos: a) Menos conflictos en el aula: Al iniciar las clases de forma tranquila y positiva, los estudiantes estarán más relajados y enfocados. b) Mayor concentración: Las actividades breves ayudarán a que los alumnos se centren en la clase desde el principio, mejorando su comprensión. c) Más participación: Los estudiantes se sentirán más motivados a contribuir, ya que estarán emocionalmente preparados y conectados con la actividad. d) Un ambiente más colaborativo: Estas pausas fomentan la empatía y el respeto entre compañeros, fortaleciendo el trabajo en equipo.
Cronograma de implementación y evaluación a) Semana 1: Presentamos la estrategia al equipo docente. Juntos diseñamos las actividades iniciales para aplicar la "Pausa Neuroactiva". b) Semana 2: Comenzamos a implementarla en todas las asignaturas, con actividades adaptadas a cada materia. c) Semana 4: Recolectamos observaciones sobre cómo se sienten los estudiantes y cómo responden. Esto lo hacemos con fichas simples y comentarios de los docentes. d) Semana 8: Evaluamos los resultados obtenidos, identificamos qué ha funcionado mejor y ajustamos las actividades si es necesario.	
Recopilación y análisis de datos Para medir el impacto de esta estrategia, utilizaremos: • Observación directa: Los docentes anotarán cómo se comportan los estudiantes antes y después de la "Pausa Neuroactiva".	



- Encuestas breves: Preguntas simples a los estudiantes, como: “¿Cómo te sentiste al empezar la clase?” o “¿Te ayudó a concentrarte?”.
- Análisis de resultados: Revisaremos si ha habido mejoras en la participación, la conducta y el desempeño en las evaluaciones formativas.

Socialización de la experiencia

Al final del trimestre, organizaremos una reunión con todo el colectivo docente para compartir lo aprendido. Mostraremos ejemplos concretos de actividades que funcionaron bien y reflexionaremos juntos sobre cómo seguir mejorando. Queremos que esta estrategia se convierta en un hábito para todos, ayudando no solo en el aprendizaje de los estudiantes, sino también en el clima general de la escuela.



Instrumento para evaluar el PTP 3

Instrumento para evaluar el PTP 3				
EVIDENCIA:				
INDICADORES	Insuficiente 10	Suficiente 15	Satisfactorio 20	Destacado 25
Definición de objetivos	No se definen objetivos claros ni específicos para la intervención.	Los objetivos son imprecisos o difícilmente medibles, limitando su aplicabilidad.	Los objetivos son claros y medibles, aunque podrían ser más específicos o mejor delimitados en el tiempo.	Los objetivos son claros, específicos, medibles y alcanzables dentro de un plazo realista.
Selección y relevancia de la intervención	La acción es poco relevante o difícilmente aplicable en el contexto general de las asignaturas.	La acción es medianamente relevante, pero podría no ser aplicable en todas las asignaturas.	La acción es relevante y aplicable en la mayoría de las asignaturas; es adecuada para el clima de aprendizaje.	La acción seleccionada es significativa, relevante y aplicable en todas las asignaturas para mejorar el clima de aprendizaje.
Proyección de resultados esperados	No se definen claramente los resultados esperados ni indicadores para medir el éxito del modelo.	Los resultados esperados son ambiguos o carecen de indicadores específicos.	Los resultados esperados son claros y medibles, aunque faltan algunos indicadores específicos.	Los resultados esperados están claramente definidos, incluyen indicadores específicos y son realistas y medibles.
Difusión y compromiso del colectivo	La estrategia de difusión es deficiente o inexistente, dificultando la comprensión y el compromiso del colectivo docente.	La estrategia de difusión es limitada, logrando una comprensión parcial del enfoque y un compromiso limitado.	La estrategia de difusión es clara y facilita la comprensión del enfoque, generando un compromiso general en el colectivo docente.	La estrategia de difusión asegura una comprensión profunda del enfoque basado en neurociencias, generando compromiso colectivo hacia la implementación de la intervención.