



## 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: Cruz Castro Francisco

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

### Conclusiones

Durante el desarrollo de las actividades he reflexionado mucho en torno a como influyen las emociones ya sean positivas o negativas en el aprendizaje de mis alumnos y percatarme del por qué de su comportamiento durante las clases, algunos alumnos pasivos, ansiosos, desinteresados, aburridos, otros con alta autoestima, motivados e interesados por seguir aprendiendo, donde puedo resaltar que el aprendizaje es el resultado de un binomio, cognición y emoción, es decir son dos caras de la misma moneda.

Comprender que la emoción se puede entender como una reacción que moviliza al cuerpo hacia una acción específica, donde estructuras como el hipocampo y la amígdala juegan un papel decisivo en las respuestas emocionales y en los procesos cognitivos como el aprendizaje, la memoria, el razonamiento y la resolución de problemas.

Todo esta reflexión como docente me compromete a fortalecer el vínculo pedagógico: motivación, confianza y empatía, así como reconocer las situaciones emocionales a las que se enfrentan mis estudiantes y como les afecta en lo personal y académico, valorar sus fortalezas y áreas de mejora, e implementar dentro de mi planeación una diversidad de estrategias de inteligencia emocional (el árbol de las emociones, el juego de las máscaras, liberación de emociones, el diario de las emociones entre otras) para ayudarlos a fortalecer y autorregular sus emociones y mejorar su aprovechamiento académico.

Estrategias de inteligencia emocional que trabajaré con mis estudiantes.

**El árbol de las emociones:** Dibujar un árbol y se pide a los estudiantes que coloquen hojas en las ramas con diferentes emociones escritas en ellas, posteriormente discuten que situaciones pueden provocar esas emociones y cómo pueden manejarlas.

**Liberación de emociones:** Se le entrega a cada alumno un globo donde debe escribir todo aquello que los daña y los hace sentir mal (apodos, malos tratos, tristeza, problemas familiares, etc.) después comparten en plenaria lo que escribieron y al final deben reventar el globo como forma de liberación de esas emociones negativas.

**El diario de las emociones:** Los alumnos mantienen un diario donde escriben sobre cómo se siente cada día y que eventos o situaciones desencadenaron esas emociones, posteriormente, comparten y discuten sus experiencias en grupo.



También como docente reconozco que debo despertar en los estudiantes la curiosidad por aprender sobre temas que les interesan, activar su atención y aprender a observar y gestionar sus estados emocionales, mantener una comunicación asertiva y de apertura, ser empático, saber escucharlos, y ser tolerante al error, porque un docente que demuestra calma, empatía y autorregulación enseña a los estudiantes a hacer lo mismo.

Reconozco que las investigaciones neurocientíficas han demostrado que las emociones son un eje determinante en el aprendizaje, especialmente durante la adolescencia y que las estructuras cerebrales como el córtex prefrontal, el hipocampo, la amígdala y el hipotálamo están implicadas en estos procesos, comunicándose tanto en áreas emocionales como cognitivas.

La autoconciencia, la autorregulación y la empatía contribuyen a crear un clima de aprendizaje positivo y seguro para reducir el estrés, por consiguiente propiciaré ambientes de aula asertivos que fomenten la empatía, el respeto y la colaboración entre los estudiantes, donde todos participen, se acepten con sus particularidades, se sientan cómodos, respetados y seguros al convivir sanamente, porque quien se siente reconocido tiene muchas más posibilidades de aprender más y mejor.

Por último reconocer que los neurotransmisores, las hormonas como los péptidos desempeñan un papel decisivo en la capacidad de prestar atención en los alumnos, además de que el cortisol y la vasopresina están relacionadas con las respuestas al estrés. Trataré de implementar con mayor frecuencia las pausas activas donde el alumno pueda estirarse o moverse con actividades lúdicas dentro y fuera del aula y así mejorar la concentración y atención de los alumnos en las diferentes actividades a desarrollar.



### Instrumento para evaluar el PTP 2

<b>EVIDENCIA:</b>				
<b>INDICADORES</b>	<b>Insuficiente</b> <b>10</b>	<b>Suficiente</b> <b>15</b>	<b>Satisfactorio</b> <b>20</b>	<b>Destacado</b> <b>25</b>
<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.