



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: Alma Diana García Villa.

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

Conclusiones

La neurociencia proporciona herramientas valiosas para comprender los procesos cerebrales en la adolescencia, especialmente en relación con las emociones y el comportamiento. En esta etapa, el cerebro atraviesa cambios profundos que pueden generar en los estudiantes sensaciones de confusión o desmotivación, afectando su capacidad para aprender. He vivido experiencias donde estudiantes con altos niveles de ansiedad o frustración manifestaban desinterés en clase, y esto no solo afectaba su rendimiento, sino también su autoestima. Por ejemplo, recuerdo a un alumno que, en clase de matemáticas, evitaba participar activamente debido a su miedo al fracaso y terror a pasar al pizarrón. Esa situación me llevó a reflexionar sobre la importancia de atender las emociones como una parte esencial del aprendizaje.

Como docentes, tenemos la responsabilidad de integrar estrategias que conecten el bienestar emocional con el aprendizaje. He descubierto que abrir la clase con una breve charla donde los estudiantes compartan cómo se sienten ese día ayuda a crear un ambiente de confianza. A esta actividad se pueden sumar herramientas más innovadoras, como el uso de mapas mentales donde representen sus emociones o un "semáforo emocional" en el que indiquen su estado anímico antes de comenzar la lección. Estas actividades no solo alivian tensiones, sino que fomentan un espacio de autoexploración que fortalece su disposición para aprender.

Además, incorporar estrategias tecnológicas específicas puede transformar el aprendizaje en algo atractivo y menos intimidante. Por ejemplo, implementar plataformas interactivas como Kahoot para repasar conceptos o utilizar aplicaciones de realidad aumentada en clases de ciencias puede captar la atención de los estudiantes y reducir la ansiedad asociada a materias complejas. Recuerdo una actividad en la que los estudiantes diseñaron historias digitales relacionadas con sus emociones a través de herramientas multimedia. Esto no solo impulsó su creatividad, sino que permitió que conectaran lo aprendido con experiencias personales.

Es fundamental reflexionar también sobre el impacto de nuestras propias emociones y actitudes como docentes en el aula. He notado que, cuando enfrento un día complicado y no gestiono adecuadamente mi estrés, los estudiantes perciben esa tensión y se muestran menos participativos. Por ello, trabajar en mi propia regulación emocional mediante ejercicios de mindfulness ha sido clave. Por ejemplo, antes de iniciar clases difíciles, practico una breve respiración consciente que me ayuda a mantener la calma y transmitir serenidad a los estudiantes. Este simple ejercicio también lo he integrado en



el aula, permitiendo que todos se preparen emocionalmente para aprender.

Para fomentar un ambiente positivo, es crucial implementar estrategias que refuercen la motivación y el sentido de pertenencia en los estudiantes. Una idea que ha funcionado bien es crear un "muro de logros" en el aula, donde los estudiantes puedan compartir sus avances, no solo académicos, sino también personales, como superar el nerviosismo al exponer un tema. Otra estrategia es reconocer sus emociones verbalmente; por ejemplo, si un estudiante muestra frustración al resolver un problema, felicitarlo por su esfuerzo antes de sugerir ajustes en su enfoque. También organizo sesiones grupales donde trabajamos en la resolución colaborativa de desafíos, lo que refuerza el apoyo mutuo y disminuye el estrés individual.

Considero que, al reflexionar profundamente sobre las experiencias previas de desmotivación, he comprendido que un ambiente positivo y emocionalmente seguro es esencial para el aprendizaje. Al aplicar estrategias específicas y prácticas, tanto emocionales como tecnológicas, no solo se optimiza el rendimiento académico, sino que también se les brinda a los estudiantes herramientas para gestionar desafíos en cualquier ámbito de su vida. La escuela, entonces, se convierte en un espacio transformador, donde el crecimiento emocional y académico van de la mano.



Instrumento para evaluar el PTP 2

EVIDENCIA:

INDICADORES	Insuficiente 10	Suficiente 15	Satisfactorio 20	Destacado 25
Reflexión sobre experiencias previas	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.
Implementación de estrategias nuevas	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.
Impacto de emociones y actitudes	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.
Fomento de un ambiente Positivo	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.