

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

<p>Definición de objetivos</p>	<p>Objetivos de la estrategia: Enseñar a los alumnos a gestionar sus emociones Propiciar emociones positivas en los alumnos para que de esta manera se despierte en ellos la curiosidad por aprender, se active la atención y se consolide el conocimiento. Campo formativo: De lo humano a lo comunitario Disciplina: Educación socioemocional Grado: 1ro Contenido: Los sentimientos y su influencia en la toma de decisiones. PDA: Distingue entre emociones, estados de ánimo y sentimientos como elementos que contribuyen a la construcción de relaciones afectivas inclusivas y equitativas.</p>
<p>Selección de la acción significativa</p>	<p align="center">“Un momento para mí”</p> <p>Al iniciar la clase es importante saber cómo están los alumnos. La neurociencia ha demostrado que las emociones afectan directamente nuestra capacidad de aprender 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. Cuando el cerebro experimenta altos niveles de estrés, la liberación de cortisol puede interferir con la consolidación de la memoria. Por el contrario, un estado emocional positivo potencia el aprendizaje. En el nivel secundaria, sobre todo, los adolescentes experimentan cambios</p>

neuronales significativos que afectan su comportamiento y emociones, lo que llevan a una mala convivencia y un estado de apatía a su aprendizaje. En el nivel secundaria, los módulos son de 50min donde cada maestro cambia de grupo, por lo que al llegar al salón el maestro se enfrenta a diversas situaciones con los alumnos, como discusiones entre grupo, euforia, apatía, flojera, etc. Por lo que siempre representa un reto comenzar la clase, además de que durante la clase los alumnos cambian fácilmente de actitud, de estar muy contentos pueden cambiar a estar muy tristes o irritados muy fácilmente, todo esto hace que tener una clase efectiva sea un verdadero reto. Además, dentro de la escuela un problema persistente es la apatía de los alumnos por su aprendizaje, la falta de involucramiento en las actividades y los problemas de convivencia y disciplina.

La estrategia “un momento para mí”, busca ayudar a los alumnos a meditar en sus emociones y sentimientos y con ayuda del maestro, guiarlos a la regulación de las mismas, para de esta manera aprovechar la atención que se genere, disminuir los conflictos durante la clase, así como las intervenciones por indisciplina para de esta manera crear un ambiente de aprendizaje positivo. Consta de:

- ✓ Análisis del grupo: Al llegar el maestro al salón, dar la bienvenida al grupo, preguntarles cómo se sienten, que han hecho durante el día, etc. Con el fin de reconocer como se encuentra de ánimo.
- ✓ Organización: acomodarlos de manera diferente (alrededor del salón, sentados en su lugar, en el suelo, etc.), de manera que no

siempre sea lo mismo y en el alumno se genere expectativa y atención.

- ✓ Ambientación: una vez que ya estén acomodados y que ya el maestro identifique el estado anímico general del grupo, reproducir una melodía que valla acorde a la situación o a lo que se busca. Si el ánimo del grupo es muy apático o a flojeado, reproducir música alegre que despierte en los alumnos ganas de activarse. Si de lo contrario la tensión es fuerte o el ánimo muy eufórico, reproducir una melodía más tranquila, más de relajación.
- ✓ Guiar: el maestro guiar a los alumnos al reconocimiento de su estado de ánimo, con preguntas de ¿Qué sentimiento me domina en estos momentos?, ¿Porque me siento así?, ¿esto que siento es bueno para mí en estos momentos?, ¿puedo utilizar este esto que siento para crear cosas buenas para mí y los demás?, ¿este sentimiento me es útil en este momento?, ¿Qué puedo hacer para sentirme mejor?, ¿estoy listo para aprender algo nuevo hoy?, ¿Cuántas ganas le voy a poner hoy a mi actividad?
- ✓ Cierre: después de terminar con la meditación, enfatizar a los alumnos que es importante tomar un momento para pensar y preocuparnos por nosotros mismo y de esta manera trabajar en sentirnos mejor y dar lo mejor de nosotros. El maestro debe aprovechar este momento de cierre

	<p>para enlazarlo con la actividad del día, para generar en los alumnos motivación para trabajar. Debe aprovechar, de acuerdo a la plasticidad cerebral, el momento de atención que se genera después de un momento de relajación y gestión de las emociones de los alumnos.</p> <ul style="list-style-type: none"> ✓ Flexibilidad: Esta acción se puede dar al comienzo de la clase o durante la clase, según sea la necesidad que presente el grupo. El docente no debe ver la actividad como tiempo perdido, pues más vale usar 10-15 minutos de la clase que van ayudar a utilizar el resto de clase de manera productiva, que 50 minutos de clase, donde se batalle con la atención, la participación y la disciplina por un desfogue de emociones. ✓ Esta estrategia es funcional para cualquier materia puesto que ayuda a la regulación de emociones y concentración de los alumnos. Además de que a aplicarla se cumple con los principios de la educación, poner al alumno al centro de todo el proceso educativo y buscar su bienestar integral. Así mismo cada maestro lo puede ajustar a su contenido y PDA.
<p>Canal de comunicación</p>	<p>Presencial: En la sesión de CTE, con ayuda de una presentación, explicar a la comunidad docente, con bases científicas en la neurociencia, como esta actividad ayudará a mejorar el ambiente y la atención durante la clase, como con esta acción podemos eficientar el tiempo de clase.</p> <p>Durante las demás sesiones se socializará las experiencias vividas y los retos</p>

	<p>enfrentados para poder retroalimentar la actividad.</p> <p>Digital: por medio del grupo de whatsapp de la escuela, compartir los avances o experiencias que se han tenido a aplicar esta estrategia o algún cambio que se pueda realizar. De manera digital porque todos los docentes de la escuela tienen horarios diferentes y por experiencias que ha tenido la escuela, ha funcionado más la comunicación vía whatsapp que encontrar un momento donde coincidan todos.</p>	
<p>Proyección de resultados esperados</p>	<p>Disminución de los conflictos o reportes de indisciplina durante las clases. Estos reportes se integran en la bitácora del grupo donde se observa que hay muchos reportes por indisciplina, por faltas de respeto a sus compañeros y/o maestros o por no querer realizar la actividad.</p> <p>La disminución de reportes es un indicador de que el ambiente escolar está mejorando, que esta intervención está dando los frutos esperados.</p> <p>Mejores calificaciones, si los alumnos se encuentran motivados y gestionando sus emociones, la atención y el involucramiento mejorará, lo que se verá reflejado en mejores calificaciones, mejor evaluación sumativa y formativa.</p>	
<p>Cronograma de implementación y evaluación</p>		
<p>Etapa</p>	<p>Fecha</p>	<p>Responsable</p>
<p>Presentación</p>	<p>09 enero del 2025: Taller intensivo para personal docente</p>	<p>Docente: Ángeles Paola González Moreno</p>
<p>Implementación</p>	<p>2do trimestre: 13 enero al 27 de marzo del 2025</p>	<p>Los docentes frente a grupo</p>
<p>Evaluación</p>	<p>Evaluaciones parciales y retroalimentación:</p> <ul style="list-style-type: none"> • 31 enero y 28 de febrero del 2025 (sesión ordinaria de CTE). <p>Evaluación final de resultados:</p>	<p>Informe de actividad. Cada docente frente a grupo Recopilación de evidencias: Ángeles Paola González Moreno</p>

	<ul style="list-style-type: none"> • 28 de marzo del 2025 (sesión ordinaria de CTE). 	
Evidencias		
<p>Materiales: bitácora de reportes de cada grupo y concentrado de calificaciones de cada grupo Digitales: fotografías, video con las experiencias de los alumnos, análisis estadístico de reportes y aprovechamiento académico.</p>		
<p>Recopilación y análisis de datos:</p>		
<p>Los datos serán analizados por medio de estadística, donde se comparan la cantidad de incidencias de la bitácora del grupo antes de la implementación de esta estrategia, durante y al final de la aplicación de la estrategia.</p>		
<p>Se ensartarán recopilando y analizando los datos de la siguiente manera:</p>		
<ul style="list-style-type: none"> ✓ Antes: se recogerán las bitácoras y los concentrados de calificaciones el 19 de diciembre del 2024 para analizar los reportes por cada grupo y sus calificaciones y graficarlos para que el día de la presentación se cuente con esta información para mostrar a la comunidad docente. ✓ Durante: para las evaluaciones parciales, se recogerán las bitácoras el 30 de enero y el 27 de febrero para analizar y graficar los resultados analizar cuanto se avanzó, cuanto y como ha impactado esta estrategia en la mejora del ambiente escolar. ✓ Final: para la evaluación final se recogerá las bitácoras y el concentrado de calificaciones el 27 de marzo del 2025 para graficar y analizar los resultados. 		
<p>Las evidencias fotográficas, así como los reportes de los docentes respecto a la implementación de esta estrategia se recogerán al final de la implementación de la estrategia esto con el fin de no saturar más de trabajo al docente. Sin embargo, la experiencias, dudas o reportes surgidos por el canal de comunicación digital (WhatsApp), serán recopilados mensualmente por el docente responsable de la estrategia, a fin de que cuando se realicen las evaluaciones parciales, se tenga un informe más completo para seguir mejorando la intervención.</p>		
<p>Para complementar el reporte de resultados, es importante conocer la experiencia de los alumnos, se realizará un breve video (con autorización de los padres), donde algunos alumnos al azar platiquen su experiencia al realizar esta estrategia, d esta manera sabré cualitativamente el impacto que tuvo entre los alumnos. El video se gravará del 24 al 26 de marzo de 2025 para presentarse en la evaluación final de resultados.</p>		
<p>Socialización de la experiencia</p>		
<p>El día de la evaluación final se compartirán los resultados obtenidos comparados estadísticamente y cotejados con evidencias científica en la neurociencia, que avala la importancia de las emociones y el tomar un tiempo de esparcimiento en el éxito del proceso de aprendizaje y en la consolidación de aprendizajes significativos.</p>		

Se presentará el video de la experiencia de los alumnos para que en colectivo se pueda analizar el impacto positivo que esta estrategia tuvo en los alumnos, así como exponer como los maestros han visto a los alumnos avanzar en la regulación de emociones o los nuevos retos a los que nos enfrentamos con los alumnos, recordando que están en un proceso neurológico que provoca en ellos cambios constantes. De esta manera esta estrategia se podrá enriquecer y aplicar los cambios pertinentes para que se alcance el éxito y propósito de la misma. Así mismo, si se tiene un compromiso e involucramiento de todo el personal docente, los resultados serán mejor puesto que toda la escuela se encaminaría a un mismo objetivo, el bienestar integral de nuestros alumnos.