



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

Definición de objetivos	<ul style="list-style-type: none">● CAMPO FORMATIVO “EDUCACION SOCIOEMOCIONAL/TUTORIA”● METODOLOGIA BASADA EN PROYECTOS● NIVEL EDUCATIVO: secundaria● DURACION: 6 SESIONES● CONTENIDO: construcción del proyecto de vida● PDA: “valora metas individuales y de otras personas a partir de identificar situaciones y formas de actuar que las afectan, para favorecer su logro y el bienestar colectivo● TEMA: ¿cómo afecta el estrés en la concentración y desempeño de los estudiantes?● PROBLEMÁTICA: los alumnos muestran un bajo rendimiento académico y falta de interés en las actividades, no logran concentrarse en clase, mostrándose desinteresados y distraídos, afectando sus emociones y las relaciones sociales con otros compañeros.● Justificación: El estrés es un fenómeno común en los estudiantes de secundaria, ya que enfrentan múltiples demandas académicas, sociales y personales. La neurociencia ha demostrado que el estrés crónico afecta negativamente la atención, la memoria y la capacidad de resolución de problemas, repercutiendo directamente en el desempeño escolar. Este proyecto tiene como objetivo identificar las causas y consecuencias del estrés en estudiantes y diseñar estrategias para mitigarlo, mejorando así su concentración y rendimiento académico.● Objetivo general: Fomentar ambientes de aprendizaje favorables en secundaria mediante estrategias basadas en neurociencias, utilizando acciones significativas, canales de comunicación efectivos y herramientas de evaluación para medir el impacto en el desempeño académico y socioemocional de los estudiantes. <p>Objetivos específicos del proyecto:</p> <ul style="list-style-type: none">● Identificar las principales fuentes de estrés en los estudiantes de secundaria.● reconocer cómo el estrés afecta la concentración y el rendimiento escolar.● Aplicar estrategias neuro educativas para mitigar el estrés y mejorar la atención.● Promover ambientes de aprendizaje que potencien el bienestar emocional y el desempeño académico.● Evaluar el impacto de las intervenciones a través de indicadores académicos, emocionales y sociales, para conocer la proyección de los resultados esperados.
Selección de la	SESION 1



<p>acción significativa</p>	<p>DIAGNOSTICO INICIAL</p> <p>INICIO: realizar preguntas detonantes para conocer los saberes previos de los estudiantes ¿Qué es el estrés? ¿Cuántos Tipos de estrés conoces? ¿Cómo el estrés afecta el cerebro? ¿Qué tan frecuentemente te sientes estresado (a)? ¿Qué siente tu cuerpo cuando te pasa eso?</p> <ul style="list-style-type: none">✓ Mediante lluvia de ideas platicar con los estudiantes Que Factores son generadores de estrés en adolescentes: EXIGENCIAS ACADÉMICAS Y EVALUACIONES. PROBLEMAS SOCIALES Y FAMILIARES. CARGA DE TRABAJO Y MANEJO DEL TIEMPO, preguntar a los alumnos ¿qué podemos hacer para solucionar el problema? anotar en el pizarrón sus respuestas para que logren...• Identificar los principales efectos del estrés en el cerebro y su impacto en la atención y la memoria, pedirles que formen equipos y realizar preguntas que les permitan (Aplicar encuestas para identificar las fuentes principales de estrés y su frecuencia, realizar entrevistas a estudiantes y docentes para entender cómo perciben el estrés y sus efectos)✓ Mostrar a los alumnos imágenes o videos que los ayuden a...• Reconocer los factores que generan estrés en su vida diaria y cómo gestionarlos. Cómo el estrés afecta el cerebro (impacto en el hipocampo, amígdala y corteza prefrontal). Diferencias entre estrés positivo y negativo. Relación entre estrés, memoria y atención. Anotar en su cuaderno lo aprendido.• Terminar las experiencias con los alumnos, recordando lo visto en clase Aplicando técnicas básicas de relajación y organización para mejorar el desempeño académico. <p style="text-align: center;">TAMBIEN PODEMOS UTILIZAR ESTRATEGIAS ESPECIFICAS COMO:</p> <ul style="list-style-type: none">• Mindfulness educativo: Ejercicios cortos al inicio de las clases para promover la calma y la atención.• Neurodidáctica: Uso de esquemas visuales, historias y analogías para conectar el aprendizaje con las emociones.• multisensoriales: Incorporación de música, colores y actividades prácticas que refuercen la experiencia de aprendizaje. Creación de rutinas y hábitos para la autorregulación, realizar pausas activas (incluir actividades cortas 3-5 minutos de movimiento físico para reducir el estrés y mejorar la atención), diseñar espacios que reduzcan estímulos estresantes como; el ruido excesivo o desorganización visual.
<p>Canal de comunicación</p>	<ul style="list-style-type: none">• Uso de plataformas digitales (Google Classroom, WhatsApp, etc.) para comunicación docente-estudiante.• Espacios de diálogo en el aula para fortalecer relaciones.• Jornadas de interacción con las familias para compartir avances del proyecto.
<p>Proyección de resultados</p>	<ul style="list-style-type: none">• Definir los resultados esperados de la intervención, incluyendo indicadores específicos para medir el impacto en el clima escolar y en el aprendizaje de los estudiantes.



esperados	<p>Resultados Esperados</p> <ul style="list-style-type: none"> ● En los estudiantes: <ul style="list-style-type: none"> ○ Reducción en los niveles de estrés percibidos. ○ Mejora en pruebas de atención y memoria de trabajo. ○ Incremento en el rendimiento académico y la participación activa. ● En los docentes: <ul style="list-style-type: none"> ○ Mayor comprensión de cómo manejar el estrés en el aula. ○ Uso de estrategias efectivas para mantener un ambiente positivo. ● En el ambiente escolar: <ul style="list-style-type: none"> ○ Mejoras en el clima escolar y en las relaciones entre estudiantes y docentes. ○ Mayor cohesión entre la comunidad educativa.
------------------	--

CRONOGRAMA DE IMPLEMENTACIÓN Y EVALUACIÓN

1. **Medición post intervención:**
 - Reaplicar pruebas de concentración y encuestas para medir cambios en los niveles de estrés.
 - Comparar los resultados académicos previos y posteriores a la intervención.
2. **Análisis cualitativo:**
 - Recopilar testimonios de estudiantes y docentes sobre la percepción del cambio en el clima escolar y el desempeño.
3. **Socialización de resultados:**
 - Presentar los hallazgos en una reunión con docentes, estudiantes y familias.

Cronograma de Actividades

Actividad	Semana 1	Semana 2	semana 3	Semana 4	Semana 5	Semana 6
Diagnóstico inicial	X					
Diseño de estrategias	X	X				
Implementación de intervenciones		X	X	X		
Evaluación intermedia				X		
Análisis de datos					X	X
Socialización de resultados						X

HERRAMIENTAS DE EVALUACIÓN

Indicadores cuantitativos:

- Resultados de encuestas sobre niveles de estrés.
- Cambios en calificaciones y asistencia.
- Resultados en pruebas de atención y memoria de trabajo.



Indicadores cualitativos:

- Testimonios de estudiantes, docentes y familias.
- Observaciones sobre el comportamiento y el ambiente en el aula.
- Incluir una tabla o línea de tiempo con fechas clave para la presentación, implementación y evaluación de la intervención.

RECOPIACIÓN Y ANÁLISIS DE DATOS

Herramientas de recopilación:

- Encuestas para estudiantes, docentes y familias sobre el clima escolar.
- Observaciones en el aula (participación activa, interacciones sociales).
- Evaluaciones del desempeño académico antes y después del proyecto.
- OBSERVACION (ESCALA DE ACTITUDES) realizar una lista de enunciados o frases seleccionadas para medir una actitud personal (disposición positiva, negativa o neutral), ante otras personas, objetos o situaciones.
- ANALISIS DE DESEMPEÑOS (LISTA DE COTEJO) realiza una lista de palabras, frases u oraciones que señalen con precisión las tareas, acciones, procesos y actitudes que se deseamos evaluar

Método de análisis:

- Comparación de datos pre y post implementación.
- Análisis cualitativo de entrevistas y comentarios de docentes y estudiantes.

Socialización de la experiencia

- Presentación de resultados en reuniones escolares.
 - Publicación de un boletín digital o físico con aprendizajes y logros destacados.
 - Organización de un evento de cierre con estudiantes y familias donde se compartan los logros del proyecto.
1. **Presentación final:**
 - Organizar una jornada para compartir los resultados con la comunidad escolar.
 2. **Materiales de difusión:**
 - Elaborar un folleto o boletín digital con las estrategias implementadas y los logros alcanzados.
- Compartir los aprendizajes para que el colectivo docente comprenda la importancia del enfoque basado en neurociencias y se genere un compromiso colectivo hacia la implementación del modelo. Promover un enfoque colaborativo que facilite la adopción y aplicación de la intervención en todas las asignaturas.



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.