

PTPM1_JLZ

La plasticidad cerebral permite: cambiar hábitos y conocimientos, formar nuevas redes neuronales, reforzar redes neuronales existentes, eliminar redes neuronales, construir recuerdos con mayor facilidad. Al comprender cómo el cerebro aprende, procesa y almacena información, yo como docente puedo adaptar su estilo de enseñanza; esto puede influir en el desarrollo cerebral de mis alumnos y en la manera en que aprenden.

La remodelación neuronal permite al cerebro adaptarse y funcionar a lo largo de la vida. Este proceso se produce a través de la neuroplasticidad, que es la capacidad del sistema nervioso de modificar su estado y crear conexiones neuronales a través de la poda neuronal y la neuroplasticidad.

La **Poda neuronal** es un proceso que elimina conexiones neuronales que no se usan y aumenta las que se usan con frecuencia. Este proceso se da de forma natural durante el desarrollo y la maduración del cerebro, y es más importante durante la pubertad. La **Neuroplasticidad** es la capacidad del sistema nervioso de cambiar su reactividad en respuesta a las señales del entorno.

El manejo de emociones es una parte importante del proceso de aprendizaje, ya que influye en la capacidad de aprender a aprender para ayudar a los estudiantes a manejar sus emociones.

Para lograr un ambiente colaborativo y empático muestro interés por lo que opinan, o refuerzo sus comentarios, les hago sentir que ellos son importantes.

Los neuromitos son creencias erróneas sobre el cerebro y su funcionamiento que se aplican en el ámbito educativo. Pueden ser producto de malas interpretaciones de resultados científicos y solo confunden nuestras capacidades de no poder creer hacer las cosas.

Trabajar las emociones de los estudiantes contribuye a su desarrollo cognitivo; centrar en procesar emocionalmente las situaciones, mediante la observación de la emoción como una reacción adaptativa que hace posible la supervivencia y la reacción al medio.

Aspecto de mi práctica pedagógica que quisiera cambiar	Cambios que incorporaré en mi práctica desde lo revisado en el Modulo 1
<p>Prácticas tradicionales</p> <p>Memorización por comprensión</p> <p>Estrategias pedagógicas novedosas</p>	<p>Algunas estrategias neurodidácticas que pueden ayudar a aprovechar la plasticidad cerebral son: responder al interés del estudiantado, considerar sus características cognitivas y afectivas, establecer vínculos socio-emocionales, brindar una experiencia de aprendizaje novedosa e interesante.</p> <p>Trasformar la información, codificando las neuronas para la realización de diversas tareas o actividades.</p> <p>Para estimular la plasticidad neuronal puedo realizar actividades como:</p> <ul style="list-style-type: none"> Leer en voz alta Escribir Conversar Cambiar de ambiente Disfrutar de la música Hacer ejercicio físico Interactuar con otras personas Realizar crucigramas <p>Algunas estrategias para el manejo de emociones que puedo implementar son: crear un entorno de apoyo y seguro para que los estudiantes se sientan cómodos, fomentar la empatía y la comprensión entre los estudiantes, utilizar juegos y dibujos, música, artes plásticas y visuales.</p>

El aprendizaje cooperativo puede ayudar a los estudiantes a aprender más rápido y a retener mejor la información.

Los neuromitos son creencias erróneas sobre el funcionamiento del cerebro que pueden llevar a prácticas educativas ineficaces. Conocerlos y tomar decisiones basadas en evidencia científica puede mejorar el aprendizaje y la calidad educativa. Las neurociencias pueden contribuir a mejorar la práctica pedagógica al facilitar la comprensión de procesos cognitivos como la memoria, la atención, el lenguaje, la creatividad y la emoción.

Para mejorar la concentración, puedo recomendar a mis alumnos:

dormir bien, hacer ejercicio, comer una dieta saludable y mantenerse hidratado, entre otras cosas que le permitan tener una vida saludable.

Para mejorar la memoria, puedo realizar actividades que estimulen su cerebro y mente, como: realizar actividades como crucigramas, sopas de letras, sudokus, rompecabezas, tangram, búsqueda de diferencias, laberintos, o juegos de mesa.

Para mejorar el manejo de sus emociones puedo implementar: el autoconocimiento, el autocontrol, el motivo que causan esas emociones, meditar, ejercicios de relajación, etc.

