



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: Araceli Olalde Olalde

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

Conclusiones

Escribe aquí

¿Ha tenido experiencias similares en su enseñanza donde los estudiantes se mostraron desmotivados?

Aunque no me considero una docente represiva porque trato de brindar un ambiente de confianza en el aula, al estudiar los contenidos de este taller me he dado cuenta de ciertos errores que he cometido, por ejemplo, el no desafiar a los estudiantes con metas claras y alcanzables para que todos puedan en realidad lograr el objetivo y se sientan motivados por seguir aprendiendo en vez de tener sentimientos de frustración o aburrimiento. Enseñar contenidos sin relacionarlos con situaciones prácticas o la vida cotidiana ya que esto puede hacer que el estudiante no vea el valor de lo aprendido. Ignorar que cada estudiante aprende de manera distinta y no adaptar las estrategias de enseñanza lo cual ocasiona que algunos estudiantes se sientan marginados. No tomar en cuenta el estado emocional de mis alumnos para crear un ambiente positivo en el aula donde se fomente el respeto y la colaboración.

Después de lo revisado en el módulo, ¿qué estrategias podría ahora implementar para captar el interés de los estudiantes?

- Trataría de tomar en cuenta las emociones positivas que pueden mejorar la retención de información, aplicando estrategias como contar historias emocionantes, compartir anécdotas personales o presentar desafíos que pueden activar el sistema límbico, lo que ayudaría a que los estudiantes recuerden mejor el contenido.
- En una clase de historia, por ejemplo, se puede recrear la atmósfera de la época o incluir experiencias sensoriales (sonidos, olores, imágenes) esto ayudará a que el cerebro establezca conexiones duraderas.
- Incluir ejemplos o actividades en clase que se relacionen con el contexto de cada estudiante, como proyectos de investigación en su comunidad, para que los estudiantes comprendan la relevancia personal en lo que aprenden. Relacionar las lecciones con situaciones prácticas, temas actuales o intereses de los estudiantes activa su "red de recompensa", facilitando la motivación.
- Planear actividades como debates, juegos de rol o experimentos que permiten que los estudiantes procesen el contenido desde diferentes ángulos, fomentando la retención. Cuando los estudiantes participan activamente y usan varios sentidos, el cerebro almacena mejor la información.



- Fomentar la curiosidad, la cual activa el sistema de recompensa del cerebro, que libera dopamina, una sustancia que ayuda a mantener la atención, esto se puede lograr al formular preguntas intrigantes o plantear problemas sin respuesta inmediata.
- Empezar las clases con preguntas abiertas que generen reflexión y no tengan una respuesta obvia, o crear una actividad sorpresa relacionada con el tema.
- Proponer el trabajo en grupos o parejas que permita que los estudiantes se expongan a ideas diferentes y desarrollen habilidades de comunicación. Las actividades colaborativas liberan oxitocina, una hormona que fortalece los vínculos entre los estudiantes y facilita un ambiente de aprendizaje positivo.

¿Cómo piensa que sus propias emociones y actitudes impactan en la cultura de sus alumnos?

Los docentes actuamos como modelos de conducta, y nuestras reacciones emocionales y actitudes ante las situaciones influyen en cómo los estudiantes abordan sus propias experiencias. Si un docente enfrenta desafíos con optimismo, empatía o resiliencia, los estudiantes tienden a aprender esas mismas respuestas. De la misma manera, si el docente muestra paciencia y respeto, es más probable que los alumnos adopten esas actitudes y valores en sus interacciones.

Un docente que maneja sus emociones de forma positiva crea un ambiente donde los estudiantes se sienten seguros y valorados, lo que permite que florezca una cultura de respeto y apoyo mutuo. Las emociones positivas del docente, como la alegría o la empatía, pueden reducir la ansiedad en los estudiantes, facilitando un entorno propicio para el aprendizaje.

Los docentes entusiastas, que demuestran pasión y energía en sus clases, suelen motivar más a sus estudiantes. Este tipo de actitud genera interés y compromiso, lo cual puede mejorar la cultura académica y hacer que el aprendizaje sea percibido como algo emocionante y valioso. Por el contrario, una actitud negativa puede desmotivar a los alumnos y hacer que perciban la educación como una obligación en vez de una oportunidad.

¿Qué cambios podría implementar en su estilo de enseñanza para mejorar la interacción con los estudiantes, bajo el enfoque de la neurociencia?

- Según la neurociencia, el cerebro está predispuesto a aprender mejor en ambientes donde se siente seguro. El estrés y la ansiedad pueden activar el sistema de "lucha o huida", dificultando la concentración y la memoria. Por lo tanto, debo fomentar un entorno positivo donde se valore el esfuerzo, se respete el error como parte del aprendizaje, y se cultiven relaciones de confianza. Usar refuerzos positivos y una comunicación abierta ayudará a que mis estudiantes se sientan aceptados y escuchados.
- La neuroplasticidad se refiere a la capacidad del cerebro para reorganizarse y formar nuevas conexiones. La práctica espaciada es más efectiva que el aprendizaje masivo porque refuerza las conexiones neuronales con el tiempo.
Esto lo puedo lograr al utilizar actividades de repaso y práctica en diferentes momentos, fomentando que los estudiantes revisiten el contenido en varias ocasiones. El uso de métodos como el *espaciado de aprendizaje* ayuda a fijar mejor los conocimientos.



- La dopamina, un neurotransmisor asociado con la recompensa, juega un rol importante en la motivación y el aprendizaje por lo que debo de establecer metas alcanzables y reconocer logros estimula la producción de dopamina, lo que genera una sensación de satisfacción. También puedo ayudar a los estudiantes a establecer metas a corto y largo plazo, y permitir que vean su progreso. Celebrar los logros, grandes o pequeños, para reforzar la motivación intrínseca y la perseverancia.

¿Cómo podría fomentar un ambiente más positivo que estimule el aprendizaje?

Crear un ambiente seguro y respetuoso: Los estudiantes necesitan sentir que pueden expresarse y participar sin temor a ser juzgados o criticados negativamente. Establecer normas de respeto mutuo y aceptación desde el inicio, y ser consistente en el cumplimiento de esas normas, ayuda a los estudiantes a sentirse cómodos.

Promover el aprendizaje colaborativo: Las actividades en grupo o proyectos colaborativos permiten a los estudiantes aprender unos de otros y desarrollar habilidades sociales. Además, trabajar en equipo puede hacer que los estudiantes sientan una mayor motivación, ya que están aportando al éxito colectivo.

Incentivar la curiosidad y el pensamiento crítico: Hacer preguntas abiertas, animar a los estudiantes a cuestionarse y ofrecer oportunidades para explorar temas más allá del contenido requerido ayuda a desarrollar una mentalidad activa y participativa.

Usar el refuerzo positivo: Reconocer los esfuerzos y logros de los estudiantes, incluso en pequeñas acciones, puede hacer una gran diferencia. Esto puede ser desde elogios verbales hasta recompensas o reconocimientos en clase.

¿Qué técnicas, desde la neurociencia, podría usar para hacer que los ejercicios sean más interesantes y relevantes para los alumnos?

El cerebro procesa y retiene mejor la información cuando esta tiene relevancia personal. Es importante crear actividades que conecten los ejercicios con experiencias, intereses o problemas reales de los estudiantes. Por ejemplo, en lugar de presentar problemas abstractos de matemáticas, se pueden diseñar problemas relacionados con situaciones que vivan en su comunidad o temas de actualidad. Esta estrategia ayuda a activar las redes neuronales relacionadas con la motivación y el aprendizaje significativo.

La novedad genera un aumento en la dopamina, un neurotransmisor que motiva al cerebro y ayuda en la retención de información. Se pueden incorporar elementos nuevos o inesperados en sus ejercicios, como cambios en el formato de la actividad, desafíos sorpresa, o el uso de herramientas novedosas (como aplicaciones o recursos interactivos). Estos elementos pueden captar la atención de los estudiantes y hacer que se interesen más en el contenido.

La neurociencia ha demostrado que el aprendizaje es más efectivo cuando se activan múltiples sentidos y se involucra activamente a los estudiantes en el proceso. Para lograrlo, se pueden incluir actividades que combinen elementos visuales, auditivos y kinestésicos. Por ejemplo, los



ejercicios que incluyan manipulación de objetos, representaciones gráficas, o el uso de tecnología interactiva como simuladores, promueven una experiencia de aprendizaje rica y atractiva.

El aprendizaje basado en juegos (gamificación) y en retos activa el circuito de recompensas del cerebro y aumenta la motivación y el compromiso de los estudiantes. Se pueden diseñar actividades que incluyan elementos de juego, como niveles, puntajes o misiones. Estos ejercicios promueven la competitividad sana y el deseo de superación. Además, los retos graduales permiten que el estudiante experimente pequeñas victorias que refuerzan su interés.



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.