



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

Contexto del grupo y justificación de la intervención:	<p>El grupo de 3°A de la Telesecundaria 57 de Joya de Calvillo conforme a un cuestionario del uso del tiempo después de clases, arrojó como resultado que 16 alumnos de los 18 que integran el grupo destinan entre 5-6 horas diarias al uso del celular como entretenimiento.</p> <p>Lo sorprendente de este Test es que los horarios destinados al teléfono son nocturnos de entre las 8:00 pm y 1:00am.</p> <p>Los resultados demuestran por que varios alumnos presentan problemas de sueño y dificultad para levantarse temprano, y con gran probabilidad de manifestar poca atención a clases así como descontrol en el uso efectivo del tiempo de descanso.</p> <p>Por lo anterior, se hace una <u>Campana para promover hábitos saludables del sueño.</u></p>
---	--

Definición de objetivos	<p>Promover hábitos saludables: enseñar a los estudiantes a tomar decisiones informadas sobre su descanso y salud emocional fomentando prácticas que favorezcan el bienestar integral de los alumnos de 3°A de la Telesecundaria 57 de Joya de Calvillo.</p> <p>Conforme al cumplimiento de los PDA del campo formativo de Lo Humano y Lo Comunitario en el Proyecto 2 “Mesita de Dialogo”</p>																				
Selección de la acción significativa	<p>Los alumnos de 3°A con apoyo de la maestra llevaran a cabo <u>La Campaña “Al dormir bien, aprendo bien”</u></p> <p>Dicha acción de intervención constará de las siguientes actividades :</p> <table border="1" style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <thead> <tr> <th style="width: 50%;">Actividad</th> <th style="width: 20%;">Producto</th> <th style="width: 30%;">Materiales/Recursos</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>Presentación del video: importancia del sueño en adolescentes</td> <td>Rescate de ideas principales en el cuaderno.</td> <td>Cuaderno, lápiz, video</td> </tr> <tr> <td>Lectura del libro de Lo Humano y Lo Comunitario pág. 178-182 Desarrollo de estilos de vida saludable</td> <td>Folleto sobre los hábitos positivos y negativos en la vida adolescente</td> <td>Hojas blancas, recortes, imágenes, resistol, tijeras, colores, Libro de lo Humano y Lo Comunitario.</td> </tr> <tr> <td>Formar equipos para que los alumnos investiguen en distintas fuentes información sobre la importancia del sueño y el uso excesivo de dispositivos en la adolescencia.</td> <td>Ensayo sobre la importancia del sueño. Ensayo sobre el uso excesivo de dispositivos en la adolescencia.</td> <td>Internet, tabletas, celular, cuaderno, lápiz.</td> </tr> <tr> <td>Los quipos preparan una exposición digital ante el grupo sobre: 1.- La importancia del sueño 2.- Consecuencias del uso excesivo de dispositivos en la adolescencia</td> <td>Presentación digital</td> <td>Internet, celular, computadora, ensayo, etc.</td> </tr> <tr> <td>El grupo elabora un decálogo de hábitos de vida saludable para el grupo de 3°A a partir de lo aprendido en este proyecto.</td> <td>Decálogo de hábitos de vida saludable.</td> <td>Cartulina, recortes, marcadores, tijeras, resistol.</td> </tr> </tbody> </table>			Actividad	Producto	Materiales/Recursos	Presentación del video: importancia del sueño en adolescentes	Rescate de ideas principales en el cuaderno.	Cuaderno, lápiz, video	Lectura del libro de Lo Humano y Lo Comunitario pág. 178-182 Desarrollo de estilos de vida saludable	Folleto sobre los hábitos positivos y negativos en la vida adolescente	Hojas blancas, recortes, imágenes, resistol, tijeras, colores, Libro de lo Humano y Lo Comunitario.	Formar equipos para que los alumnos investiguen en distintas fuentes información sobre la importancia del sueño y el uso excesivo de dispositivos en la adolescencia.	Ensayo sobre la importancia del sueño. Ensayo sobre el uso excesivo de dispositivos en la adolescencia.	Internet, tabletas, celular, cuaderno, lápiz.	Los quipos preparan una exposición digital ante el grupo sobre: 1.- La importancia del sueño 2.- Consecuencias del uso excesivo de dispositivos en la adolescencia	Presentación digital	Internet, celular, computadora, ensayo, etc.	El grupo elabora un decálogo de hábitos de vida saludable para el grupo de 3°A a partir de lo aprendido en este proyecto.	Decálogo de hábitos de vida saludable.	Cartulina, recortes, marcadores, tijeras, resistol.
Actividad	Producto	Materiales/Recursos																			
Presentación del video: importancia del sueño en adolescentes	Rescate de ideas principales en el cuaderno.	Cuaderno, lápiz, video																			
Lectura del libro de Lo Humano y Lo Comunitario pág. 178-182 Desarrollo de estilos de vida saludable	Folleto sobre los hábitos positivos y negativos en la vida adolescente	Hojas blancas, recortes, imágenes, resistol, tijeras, colores, Libro de lo Humano y Lo Comunitario.																			
Formar equipos para que los alumnos investiguen en distintas fuentes información sobre la importancia del sueño y el uso excesivo de dispositivos en la adolescencia.	Ensayo sobre la importancia del sueño. Ensayo sobre el uso excesivo de dispositivos en la adolescencia.	Internet, tabletas, celular, cuaderno, lápiz.																			
Los quipos preparan una exposición digital ante el grupo sobre: 1.- La importancia del sueño 2.- Consecuencias del uso excesivo de dispositivos en la adolescencia	Presentación digital	Internet, celular, computadora, ensayo, etc.																			
El grupo elabora un decálogo de hábitos de vida saludable para el grupo de 3°A a partir de lo aprendido en este proyecto.	Decálogo de hábitos de vida saludable.	Cartulina, recortes, marcadores, tijeras, resistol.																			



	<p>Los alumnos presentaran una campaña para promover hábitos de vida saludable para promover el sueño como un estilo para mejorar el rendimiento escolar, mediante los materiales elaborados previamente: folletos, presentaciones digitales y decálogo de vida saludable. Con la finalidad de fomentar buenos hábitos para lograr un aprendizaje asertivo.</p>	<p>Campaña</p>	<p>Presentación de todos los productos elaborados en el proyecto ante la comunidad escolar.</p>																					
<p>Canal de comunicación</p>	<p>La campaña de hábitos de vida saludable se llevara a cabo mediante: folletos, presentaciones digitales, ensayo, decálogo y proyecciones.</p> <p>Todo será presentado en dos ocasiones, la primera etapa ante el grupo de 3°A y posteriormente a la comunidad escolar.</p>																							
<p>Proyección de resultados esperados</p>	<p>La campaña será proyectada ante la comunidad escolar el día viernes 6 de diciembre en la entrega de calificaciones.</p>																							
<p>Cronograma de implementación y evaluación</p>	<table border="1"> <thead> <tr> <th data-bbox="493 722 958 758">Actividad</th> <th data-bbox="958 722 1237 758">Evaluación</th> <th data-bbox="1237 722 1458 758">Fechas</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="493 758 958 789">Proyección de video: rescate de ideas</td> <td data-bbox="958 758 1237 789">Lista de cotejo</td> <td data-bbox="1237 758 1458 789">27/nov/2024</td> </tr> <tr> <td data-bbox="493 789 958 821">Lectura LDHy LC: Folletos</td> <td data-bbox="958 789 1237 821">Rubrica</td> <td data-bbox="1237 789 1458 821">28/nov/24</td> </tr> <tr> <td data-bbox="493 821 958 852">Investigación en internet: ensayo</td> <td data-bbox="958 821 1237 852">Rubrica</td> <td data-bbox="1237 821 1458 852">2/nov/24</td> </tr> <tr> <td data-bbox="493 852 958 884">Presentación digital: exposiciones</td> <td data-bbox="958 852 1237 884">Rubrica y lista de cotejo</td> <td data-bbox="1237 852 1458 884">3-4/nov/24</td> </tr> <tr> <td data-bbox="493 884 958 915">Decálogo: cartel</td> <td data-bbox="958 884 1237 915">Rubrica</td> <td data-bbox="1237 884 1458 915">5/nov/24</td> </tr> <tr> <td data-bbox="493 915 958 940">Campaña</td> <td data-bbox="958 915 1237 940">Lista de cotejo</td> <td data-bbox="1237 915 1458 940">6/nov/24</td> </tr> </tbody> </table>			Actividad	Evaluación	Fechas	Proyección de video: rescate de ideas	Lista de cotejo	27/nov/2024	Lectura LDHy LC: Folletos	Rubrica	28/nov/24	Investigación en internet: ensayo	Rubrica	2/nov/24	Presentación digital: exposiciones	Rubrica y lista de cotejo	3-4/nov/24	Decálogo: cartel	Rubrica	5/nov/24	Campaña	Lista de cotejo	6/nov/24
Actividad	Evaluación	Fechas																						
Proyección de video: rescate de ideas	Lista de cotejo	27/nov/2024																						
Lectura LDHy LC: Folletos	Rubrica	28/nov/24																						
Investigación en internet: ensayo	Rubrica	2/nov/24																						
Presentación digital: exposiciones	Rubrica y lista de cotejo	3-4/nov/24																						
Decálogo: cartel	Rubrica	5/nov/24																						
Campaña	Lista de cotejo	6/nov/24																						
<p>Recopilación y análisis de datos</p>	<p>Los productos obtenidos durante esta intervención serán vinculados con otros campos formativos para darle mayor relevancia a la campaña propuesta, también se hará un registro de horas de sueño con la finalidad de que los alumnos de 3°A realmente vean el impacto de descansar las horas requeridas a fin de tener mejor rendimiento escolar.</p>																							
<p>Socialización de la experiencia</p>	<p>Los resultados obtenidos de esta campaña serán socializados en el próximo CTE con la finalidad de implementarlo en el resto de los grupos a fin de mejorar los hábitos y estilos de vida saludable en la adolescencia.</p> <p>Como siguiente etapa será dar a conocer los resultados a padres de familia y promover en la comunidad escolar más horas de sueño en lugar del uso de dispositivos.</p> <p>NOTA IMPORTANTE PARA COMPARTIR CON MIS COLEGAS</p> <p>Recordemos lo aprendido en este curso, nuestro cerebro requiere de descanso para mejorar los canales de aprendizaje, ser conscientes de nuestra salud cognitiva, emocional y física. Fomentar en los alumnos y en la propia vida estilos de vida saludable.</p> <p>El sueño es esencial para que el cerebro realice los procesos de memoria, regulación de emociones y mejore nuestro aprendizaje.</p> <p>En la campaña se pretende elaborar un decálogo que recomiende:</p> <ul style="list-style-type: none"> Mantener un horario regular de sueño Crear un espacio propicio para dormir Practicar deporte y hacer tareas a tiempo para disminuir el estrés. 																							



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.