



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

ENFERMEDADES CAUSADAS POR EL USO EXCECIVO DEL CELULAR

| | |
|---|---|
| Definición de objetivos | <ul style="list-style-type: none">• Describir los objetivos específicos de la intervención, asegurando la incorporación de contenidos y PDA del plan sintético y/o analítico <p>El objetivo es que el alumno identifique las consecuencias que causa el uso excesivo del celular se concientice en tener una responsabilidad personal y social para moderar el uso del dispositivo, fomentando el autocuidado y la salud. Dicho objetivo se complementa en los contenidos de nuestro plan sintético y analítico, por el uso de las TIC'S y el autocuidado personal.</p> |
| Selección de la acción significativa | <ul style="list-style-type: none">• Detallar la acción elegida para mejorar el clima de aprendizaje con base en los temas centrales del taller, explicando su relevancia y aplicabilidad en todas las asignaturas. <p>Como materia de tecnología énfasis en informática, el uso de dispositivos es esencial para practicar en nuestra materia, pero hoy en día y más en la edad que tiene nuestros estudiantes entre 12-15 años de edad, <u>en todas las asignaturas</u>, se vuelve un problema constante la distracción en clase, por el uso inadecuado del celular.</p> <p>Por lo que opté por concientizar a mis alumnos sobre las consecuencias que esto puede generar cuando se tiene un uso excesivo e inadecuado.</p> <p>INICIO:</p> <p>se inicia en equipos activando y preguntando:</p> <p>¿Quién de ustedes cuenta con un celular personal?</p> <p>¿Generalmente para que lo utilizas?</p> <p>¿Crees que tiene algún beneficio tener un celular personal?</p> <p>¿Por qué?</p> <p>¿Crees que tiene alguna repercusión, el utilizar tanto tiempo el celular?¿Porque?</p> <p>¿Sabes que es una enfermedad? Menciona alguna</p> <p>¿Crees que el uso excesivo del celular pueda generar algún tipo de enfermedad?¿Cual?</p> |

Posteriormente se les da unos 10-15 minutos para que en equipo contesten las preguntas y posteriormente en plenaria iniciamos analizando las respuestas.

De las respuestas anteriores se genera una lluvia de ideas y analizamos cuales son los beneficios de un aparato digital y cuales son los factores de riesgo.

| BENEFICIOS | FACTORES DE RIESGO |
|------------|--------------------|
|------------|--------------------|

DESARROLLO:

Posteriormente en una presentación ya realizada por el docente se explican las diferentes enfermedades que puede causar el uso excesivo del celular como son:



Tumores Cerebrales



Síndrome de la contractura del cuello



Síndrome del túnel del carpo



Afectaciones crónicas en los ojos



Sobrepeso en niños y adolescentes



Insomnio



Aumento del estrés

Analizamos lo que es cada padecimiento y el porqué puede aparecer. Lo realizamos en plenaria.

CIERRE:

Para finalizar realizamos una pequeña encuesta para identificar que tanto eres adicto a tu celular, el cual realizan a un aproximado de 10 a 15 personas de diferentes edades para posteriormente realizar una gráfica de las encuestas y finalmente plasmar una conclusión.

Las preguntas de la encuesta son:



| | |
|--|--|
| | <ol style="list-style-type: none">1. ¿Lo primero que hace en la mañana es revisar su celular?2. ¿Lo último que hace en la noche es revisar su celular?3. ¿Siente necesidad de revisar inmediatamente cada vez que su celular le indica que ha llegado un mensaje de WhatsApp o una actualización de sus redes sociales?4. ¿Siente que no puede salir de su casa sin su celular, que siente miedo a estar sin él?5. ¿Tiene la impresión de que su celular vibra o suena, cuando en realidad no lo hace? |
| Canal de comunicación | <ul style="list-style-type: none">• Explicar el canal o medio de comunicación elegido para informar a toda la comunidad docente sobre la intervención, destacando su accesibilidad y cómo promoverá la participación. <p>Para realizar conciencia sobre el tema a la comunidad escolar, así mismo en equipo hacemos un sorteo de los temas analizados y vistos, para que realicen un cartel y lo puedan exponer en los salones a los compañeros de la escuela y hagan conciencia de las consecuencias sobre el uso excesivo del celular. Esta actividad se hace en acompañamiento del docente.</p> |
| Proyección de resultados esperados | <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. <p>Para finalizar realizamos una pequeña encuesta para identificar si ¿Eres adicto a tu celular?, el cual realizan a un aproximado de 10 a 15 personas de diferentes edades para posteriormente realizar una gráfica de las encuestas y finalmente plasmar una conclusión.</p> <p>(ACTIVIDAD QUE REALICÉ COMO CIERRE)</p> <p>En la conclusión de los alumnos de forma individual, me doy cuenta el impacto que causó el tema en cada uno de ellos, su punto de vista y reflexión.</p> |
| Cronograma de implementación y evaluación | |



- Incluir una tabla o línea de tiempo con fechas clave para la presentación, implementación y evaluación de la intervención.

Las sesiones en secundaria son de 50 min.

*Inicio 50 min.

*Desarrollo 50 Min.

*Canal de comunicación (cartel y exposición)

2 módulos de 50 min. Cada uno.

*Cierre (Encuesta, gráfica y Conclusión personal) 2 módulos de 50 min. Cada uno.

Recopilación y análisis de datos

- Describir algunos de los instrumentos de recopilación de datos para evaluar el impacto de la intervención.

Instrumentos de evaluación:

*Cartel informativo por equipo

*Exposición en equipo

*Dominio del tema y seguridad al hablar.

*Encuesta con gráfica realizada

*Conclusión personal.

Socialización de la experiencia

- 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 y niveles.

Se socializa este pequeño proyecto generado en CTE como "PROYECTO ESCOLAR SALUD Y CUERPO" y me gustó implementarlo ya que complementa a todas las asignaturas, pues en mis actividades traté de que se tomaran en cuenta todas las asignaturas y principalmente el impacto que causa este tipo de temas que son esenciales que los alumnos sepan a temprana edad para que moderen el uso de celular en su vida diaria y que impactemos en la problemática que se genera el uso del celular indebido en las aulas. Se presentan evidencias al colectivo y conclusiones.



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. |