



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:

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

Conclusiones

La desmotivación en los alumnos es un fenómeno complejo que puede ser resultado de múltiples factores dentro de su contexto personal, familiar y escolar, reflexionar sobre estas experiencias implica analizar las causas, los efectos y las posibles soluciones, entendiendo que cada caso es único y merece atención personalizada, durante los años que he trabajado como docente me he percatado de que muchos alumnos no conectan con sus propios propósitos y metas, es decir; no tienen un proyecto escolar definido y por ende no existe la razón por la cual deben enfocarse en lograr sus metas académicas, algunos ejemplos detallados y sus reflexiones correspondientes pueden ser los siguientes: en la disciplina de historia, la cual yo imparto, algunos alumnos manifiestan su desinterés por la materia haciendo énfasis en la pregunta ¿yo para qué quiero saber cosas del pasado?, ¿para qué me va a servir?, sumando a esto el hecho de que a la mayoría de los alumnos no les gusta leer, y para la disciplina que menciono es fundamental la lectura; otras razones por las que desde mi experiencia he notado desinterés por parte de los alumnos es que no se cuenta con materiales lúdicos en las escuelas para impartir las materias, algunas otras razones muy importantes son que en algunos casos los alumnos tienen problemas de autoestima, familiares o de salud, los cuales complican la posibilidad de que entreguen su atención al cien por ciento en las disciplinas. Como docente algunas de las estrategias que puedo mencionar para despertar el interés de los alumnos en la materia de historia y así se pueda facilitar el aprendizaje, son las siguientes; diseñar estrategias que estimulen el cerebro de los estudiantes mediante experiencias multisensoriales, emocionales y cognitivas que refuercen el aprendizaje y fomenten nuevas conexiones neuronales para con ello trabajar con la neuro plasticidad; como ejemplo específico se pueden mostrar objetos o imágenes misteriosas relacionadas con el tema a impartir, enseguida preguntar a los alumnos ¿Qué creen que representa?, ¿A quién perteneció? a través de este ejemplo la intención es despertar la curiosidad la cual activa las redes dopaminérgicas, lo que refuerza la atención y la retención; otra actividad específica puede ser recrear una escena histórica con estímulos visuales, auditivos y táctiles, por ejemplo; durante una clase sobre la Revolución Francesa, se puede organizar un espacio con música clásica de la época, réplicas de documentos y descripciones narradas en primera persona, el propósito es despertar múltiples sentidos ya que con ello se fortalecen las conexiones neuronales al asociar la información con diferentes estímulos. Una actividad más puede ser contar relatos históricos desde una perspectiva personal, se narra un evento histórico dramático (por ejemplo, la segunda guerra mundial) usando un enfoque emocional y detallado, se deben incluir diálogos ficticios, pero basados en hechos reales, para sumergir a los estudiantes en las emociones de los personajes, las emociones intensas (positivas o



negativas) liberan neurotransmisores como la noradrenalina, lo que fortalece el aprendizaje.

A través de estas y muchas actividades más se puede despertar el interés de los estudiantes por aprender ya que cuando estos experimentan emociones positivas, como la motivación, la alegría y el interés, se activan áreas del cerebro asociadas con el aprendizaje y la memoria, como el hipocampo y la corteza prefrontal. Un ejemplo claro de esto se puede observar cuando un estudiante se siente emocionado por aprender algo nuevo. Esta emoción activa la liberación de dopamina, un neurotransmisor que juega un papel crucial en la motivación y el refuerzo positivo. Al estar más motivado, el estudiante no solo recuerda mejor lo aprendido, sino que también tiene mayor capacidad para integrar la nueva información con conocimientos previos, promoviendo la neuroplasticidad.

Cuando un estudiante se enfrenta a un reto, como resolver un problema matemático. Si se siente apoyado y confiado en sus habilidades, su cerebro está más preparado para formar nuevas conexiones neuronales, lo que favorece el aprendizaje, según lo que hemos estudiado en el curso se ha demostrado que los ambientes positivos y estimulantes promueven la creación de nuevas conexiones en el cerebro, facilitando la resolución de problemas complejos y el aprendizaje a largo plazo, por otro lado; las emociones negativas, como el miedo, el estrés o la ansiedad, pueden tener un impacto perjudicial en el cerebro y el aprendizaje, cuando los estudiantes experimentan ansiedad, se activa la amígdala, la región del cerebro responsable de procesar las emociones, especialmente las relacionadas con el miedo; esta activación de la amígdala puede interferir con el funcionamiento de la corteza prefrontal, que es crucial para el razonamiento y la toma de decisiones. En consecuencia, el estrés crónico y la ansiedad pueden dificultar la concentración, la toma de decisiones y la memoria, reduciendo la capacidad del estudiante para aprender y retener información. Por ejemplo, un estudiante que se siente constantemente presionado por las expectativas académicas podría experimentar niveles elevados de cortisol, la hormona del estrés; este exceso de cortisol puede disminuir la plasticidad neuronal, dificultando la capacidad del cerebro para formar nuevas conexiones. Un estudiante que siempre se siente frustrado por sus dificultades para aprender podría evitar a toda costa el aprendizaje, convirtiendo la ansiedad que presenta en un obstáculo constante para el progreso, haciendo que el cerebro se enfoque más en la supervivencia emocional que en el aprendizaje efectivo.

He de mencionar que el contexto social también juega un papel fundamental en como las emociones afectan el cerebro de los estudiantes; las experiencias emocionales compartidas en un entorno de aula, como el apoyo de nosotros como docentes, las interacciones positivas con los compañeros y un ambiente seguro, tienen el potencial de fortalecer la neuroplasticidad, he comprendido que cuando yo como docente llevo a cabo la tarea de fomentar un ambiente de confianza y colaboración los estudiantes tienden a reducir su estrés y ansiedad, favoreciendo la apertura cerebral y la disposición para aprender.

Por ejemplo, cuando un maestro ofrece retroalimentación positiva y constructiva, el estudiante se siente más seguro en su capacidad para aprender y superar dificultades. Esta seguridad emocional puede promover la creación de nuevas sinapsis neuronales, que facilitarán la retención y el uso de nuevos conocimientos. En cambio, un ambiente negativo, lleno de críticas destructivas o falta de apoyo, puede limitar la capacidad de los estudiantes para experimentar crecimiento neuronal y aprendizaje.



Fomentar un ambiente positivo en el aula de los alumnos de secundaria es crucial para el bienestar emocional y el éxito académico de los mismos, ya que como hemos estudiado los adolescentes atraviesan una etapa de desarrollo complejo, donde las emociones, las relaciones sociales y la búsqueda de identidad juegan un papel central. Por lo tanto, las estrategias deben centrarse no solo en el contenido académico, sino también en el apoyo emocional y social, después de analizarlo detenidamente puedo mencionar algunas estrategias para crear un ambiente positivo en el aula, estas son algunas de ellas:

1. Comenzar el ciclo escolar pidiendo a los estudiantes que discutan qué comportamientos creen que son importantes para un ambiente de respeto y colaboración y después, redacten las reglas juntos, transformando las ideas en reglas concretas. Por ejemplo, en lugar de decir "No hables mientras la maestra habla", se puede plantear como "Escuchamos activamente cuando alguien está hablando". Con esto se reafirman las reglas de manera constante durante las clases, recordando que son para el bienestar común, brindando seguridad a los alumnos e integrándoles desde el inicio del ciclo escolar como parte activa e importante del grupo, ya que sus opiniones serán validadas, escuchadas y respetadas.
2. Usar elogios específicos y constructivos para reconocer los esfuerzos y logros de los estudiantes, tanto en el contexto académico como en el comportamiento social. La retroalimentación positiva debe centrarse en el esfuerzo y el proceso, no solo en el resultado final; por ejemplo durante la clase, se pueden destacar logros realizando expresiones como "Me encanta ver cómo trabajas en equipo con tus compañeros" o "Excelente esfuerzo en resolver ese problema, tu perseverancia está dando frutos"; otro ejemplo puede ser utilizar un "mural de logros" donde los estudiantes pueden escribir elogios o mensajes positivos para sus compañeros, por su buen desempeño personal o académico.
3. Una tercera estrategia puede ser incentivar la autonomía de los estudiantes al involucrarlos en la toma de decisiones sobre su propio aprendizaje y la gestión del aula, esto les dará un mayor sentido de control sobre su entorno, lo que puede reducir el estrés y aumentar la motivación, ejemplificando esta acción sería: permitir que los estudiantes elijan algunos de los temas a tratar en el aula o el tipo de proyectos que les gustaría desarrollar se les pueden brindar opciones sobre el tipo de actividad o investigación que van a realizar.
4. Como cuarta y última estrategia puedo mencionar que generar momentos de recreación y diversión en el aula también son esenciales para liberar tensiones, fortalecer las relaciones y estimular la creatividad. Esto puede incluir juegos de aprendizaje, dinámicas relajantes y actividades creativas, un ejemplo de esto puede ser realizar dinámicas rápidas de relajación o juegos cognitivos al inicio o al final de cada clase, como por ejemplo "Simón dice", ejercicios de respiración profunda o "La caja de emociones" (donde cada estudiante saca un papel con una emoción y debe explicar cómo se siente), estas actividades ayudan a reducir la tensión, también se puede planificar actividades creativas como proyectos artísticos, teatrales o musicales donde los estudiantes puedan expresarse de manera libre y sin presiones académicas. Considero que, al implementar estas estrategias, se crea un entorno donde los estudiantes no solo se sienten apoyados emocionalmente, sino también motivados y capaces de alcanzar su máximo



potencial. Fomentar un ambiente positivo no es solo una cuestión de gestionar el aula de manera eficiente, sino de generar una cultura de respeto, apoyo y crecimiento. Las emociones juegan un papel fundamental en el aprendizaje, y con un enfoque consciente en crear un entorno emocionalmente saludable, los estudiantes podrán aprovechar al máximo sus capacidades cognitivas y sociales.



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.