

## Formato de PTP 1

### El aprendizaje desde la óptica de la neuroeducación

Describa un cambio a realizar en su práctica pedagógica para centrarse en estrategias que favorezcan el aprendizaje significativo utilizando los conocimientos del módulo 1 sobre las neurociencias aplicada a la educación.

Recupere el esbozo de la actividad “Problematización de la práctica” y anote en la primera columna el antes y el después de la reflexión de su práctica con elementos de las neurociencias aplicadas a la educación.

Asegúrese de que en la narrativa de la segunda columna refleje una propuesta de intervención pedagógica centrada en el estudiante adolescente los siguientes aspectos:

- Aplicación de los conocimientos sobre neurociencia
- Transformación de la práctica pedagógica identifica de manera inicial
- Identificación y superación de neuromitos

<b>Aspecto de mi práctica pedagógica que quisiera cambiar</b>	<b>Cambios que incorporaré en mi práctica desde lo revisado en el módulo 1</b>
<p>Me gustaría cambiar mi ineficiencia para trabajar con grupos de más de 35 alumnos y por lo mismo tengo ese neuromito acerca de que con clases tan concurridas y en espacios tan pequeños no se puede trabajar. El hecho de planear actividades para cubrir ciertos objetivos específicos y sin atender las necesidades de cada alumno, de manera particular no me ha beneficiado.</p> <p>También tengo el neuromito de que “Los alumnos mexicanos no desean aprender inglés”, y este me ha dificultado impartir mis clases e impactado de manera negativa en los alumnos.</p> <p>También mi forma de disciplinar a los alumnos, ya que, si los alumnos no están en orden, los anoto en una bitácora. Ahora sé que la disciplina fuerte, si bien puede ser necesaria en algunos momentos, no debe ser la única estrategia educativa., aparte de que poco a poco va desanimando a los alumnos de</p>	<p>En el módulo 1 aprendí que, si se aplica la neurociencia en la educación, pues ofrece bases científicas que nos permite a los docentes diseñar estrategias pedagógicas, las cuales optimizarán el aprendizaje de los estudiantes. El hecho de comprender cómo el cerebro se adapta, reorganiza y responde a las emociones, los maestros podremos planificar experiencias de aprendizaje que aprovechen la <b>plasticidad cerebral</b>, favorezcan <b>la remodelación neuronal y gestionen las emociones</b> para potenciar el desarrollo cognitivo y académico de los estudiantes. Así también comprendo que las interacciones entre adolescentes, socializar, es importante para ellos, el tener movimiento de vez en cuando para no estar todo el tiempo sentado y permitir que se levanten, se muevan es esencial para ellos para mantenerlos interesados en la clase. Aunado al hecho de conocerlos mejor, por medio de ir realizando anotaciones particulares de cada uno de los alumnos y volvérselos a mencionar de vez en cuando para que se sientan que son importantes y que, si están siendo</p>

estudiar porque los hace sentirse mal emocionalmente.

notados por su maestra, creara una red emocional. Una tarea principal será crear una cartografía de los alumnos para recordar datos específicos de una gran cantidad de estudiantes y con ello se sientan valorados y respetados, para favorecer la activación de las áreas cerebrales relacionadas con el aprendizaje, además de que se refuerza de manera positiva, se usa la empatía y se fomentan las relaciones positivas entre los estudiantes y el maestro.

Para mejorar mi práctica pedagógica seguiré aprendiendo sobre los principios de la neuroeducación y de como aprende el cerebro para aplicarlos en mis planeaciones que estimulen el pensamiento creativo y crítico del estudiante, preparándolo para que supere la comprensión de la enseñanza como una forma de actuación del sistema social.

Un neuromito que cambiaré será mi creencia de que a los alumnos no les interesa aprender inglés y que los adolescentes son difíciles de entender, pues ahora sé que están pasando por una poda sináptica y todos los cambios emocionales que les están sucediendo, y teniendo este conocimiento aprovecharlo para planear actividades y obtener un aprendizaje más significativo.

**Establecer desafíos apropiados:**

Integrare actividades que estén en el límite de sus capacidades de los estudiantes, es decir, que no sean ni demasiado fáciles ni demasiado difíciles, pero si alcanzables. Esto para fomentar la formación de nuevas conexiones neuronales.

Abonando la **Remodelación neuronal**: Cambio a largo plazo en la estructura cerebral:

**1. Ejercicios de coordinación motriz**

El movimiento físico está directamente relacionado con la salud y el desarrollo del cerebro, ya que incrementa el flujo sanguíneo y la actividad neuronal.

**2. Aprender algo nuevo**

El cerebro se adapta y se reorganiza cuando se enfrenta a desafíos nuevos. Aprender una nueva habilidad o destreza favorece la creación de nuevas conexiones neuronales.

- **Aprender nuevas palabras.**
- **Actividades creativas:**  
Actividades como el dibujo y la pintura.

**3. Juegos de memoria y resolución de problemas**

Las actividades que requieren concentración, memoria o solución de problemas activan redes neuronales que se reorganizan y fortalecen.

**4. Ejercicios de atención plena (mindfulness)**

La meditación y las prácticas de mindfulness ayudan a reducir el estrés y a mejorar la concentración, lo cual es esencial para el aprendizaje y la plasticidad cerebral.

**5. Interacciones sociales y aprendizaje cooperativo para que el aprendizaje sea activo y centrado en los estudiantes.**

La interacción social activa áreas cerebrales vinculadas con la empatía, el lenguaje, la resolución de problemas y la regulación emocional.

- **Debates y discusiones grupales:** Participar en conversaciones donde se exploran ideas y puntos de vista diferentes fomenta el pensamiento crítico y la

flexibilidad cognitiva, activando la remodelación neuronal.

- **Juegos colaborativos o trabajo en equipo:** Las actividades donde los estudiantes trabajan juntos para resolver problemas o alcanzar un objetivo común son eficaces para estimular la plasticidad, ya que promueven la cooperación y el aprendizaje social.

### **6. Juegos de visualización**

Los ejercicios de visualización pueden mejorar la memoria, la creatividad y la habilidad para resolver problemas.

Reforzar conexiones a través de la integración de contenidos: Los estudiantes deben aprender a conectar nuevos conceptos con los ya adquiridos. Esta integración es fundamental para la remodelación neuronal y para la creación de redes más sólidas de conocimiento. Un ejemplo de esta actividad es la creación de mapas mentales, armar rompecabezas, entre otros.

**Promoción del aprendizaje autónomo:** Fomentar la metacognición, donde los estudiantes reflexionan sobre su propio proceso de aprendizaje, puede ayudarles a organizar mejor la información y mejorar la reorganización neuronal.

**Vinculación de las emociones con el contenido:** El cerebro aprende mejor cuando las emociones están involucradas. Relacionar los contenidos académicos con experiencias emocionales positivas, o utilizar ejemplos que despierten el interés y la curiosidad de los estudiantes, puede hacer que el aprendizaje sea más significativo y efectivo.

**Regulación emocional en situaciones de frustración:**

Enseñar a los estudiantes estrategias de regulación emocional (como la identificación y expresión adecuada de emociones, o el uso de técnicas de autoregulaciones cognitivas) puede mejorar su resiliencia y su capacidad para enfrentar dificultades durante el proceso de aprendizaje.

**Motivación intrínseca:**

Comprender cómo el cerebro adolescente responde al estímulo y la recompensa me ayudará a crear un ambiente más propicio para el aprendizaje mediante la motivación intrínseca. Es decir quiero que los alumnos aprendan porque encuentren el material interesante y desafiante, no solo porque haya una recompensa externa (como una calificación).

**Involucrar a las familias:**

Crearé actividades para que las familias de los alumnos también sean parte del proceso de aprendizaje de ellos, pues se sentirán apoyados y entonces se moverán emociones.