

ESTRATEGIAS DIDÁCTICAS



RDA 2



Identificar estrategias neuro-protectoras que faciliten un mejor desarrollo cerebral y una mayor plasticidad nerviosa, de forma que se potencialice el desarrollo integral de niño durante el proceso de enseñanza aprendizaje.

¿Cómo influyen las emociones en el cuerpo?



Nazareth Castellanos

Mtr. Claudia Bravo C.

Importancias de las emociones en el aprendizaje

Las emociones positivas, al actuar como estados emocionales, contribuyen a que las personas se sientan bien, favorezcan la apertura, establezcan conexiones y desarrollen creatividad, permite que sus pensamientos, acciones y perspectivas se expandan, lo cual les ayuda a enfrentar el estrés, las dificultades y los desafíos cotidianos de forma más efectiva (Fredrickson, 2001).

En un contexto educativo, las emociones positivas, combinadas con estrategias didácticas y pedagógicas adecuadas, **crean un ambiente propicio para el aprendizaje.**

Las emociones facilitan la disposición y apertura del estudiante, elevando su motivación y compromiso hacia el aprendizaje; al mismo tiempo, reducen el estrés y la ansiedad, promoviendo su salud y bienestar emocional. Por ello, promover un entorno donde los estudiantes experimenten emociones positivas contribuye a la adquisición de nuevos conocimientos y les brinda la oportunidad de vivir experiencias significativas.

¿QUÉ SON LAS EMOCIONES?

Es una respuesta propioceptiva ante un estímulo externo o interno, generalmente de breve duración, segundos o minutos.



La **propiocepción**, sentido que informa al organismo de la posición de los músculos, es la capacidad de sentir la posición relativa de partes corporales contiguas.

La propiocepción regula la dirección y rango de movimiento, permite reacciones y respuestas automáticas, interviene en el desarrollo del esquema corporal.

EMOCIÓN

- Su impacto en las personas puede ser:
 - Positivo: alegría, amor, afecto.
 - Negativo: culpa, vergüenza, celos, envidia.



Emociones

- Las emociones son fenómenos psicológicos que representan modos eficaces de adaptación a ciertos cambios de las demandas ambientales
- **Psicológicamente:** las emociones alteran la atención, hacen subir de rango ciertas conductas en la jerarquía de respuestas del individuo y activan redes asociativas relevantes en la memoria.

FUNCIÓN DE LAS EMOCIONES



ADAPTATIVA

- Prepara al organismo para que ejecute eficazmente la conducta.
- Sirve para aplicar la conducta apropiada (Darwin 1872/1984)



SOCIALES

- La expresión de las emociones permite las relaciones interpersonales.
- Promueve la conducta prosocial.



MOTIVACIONALES

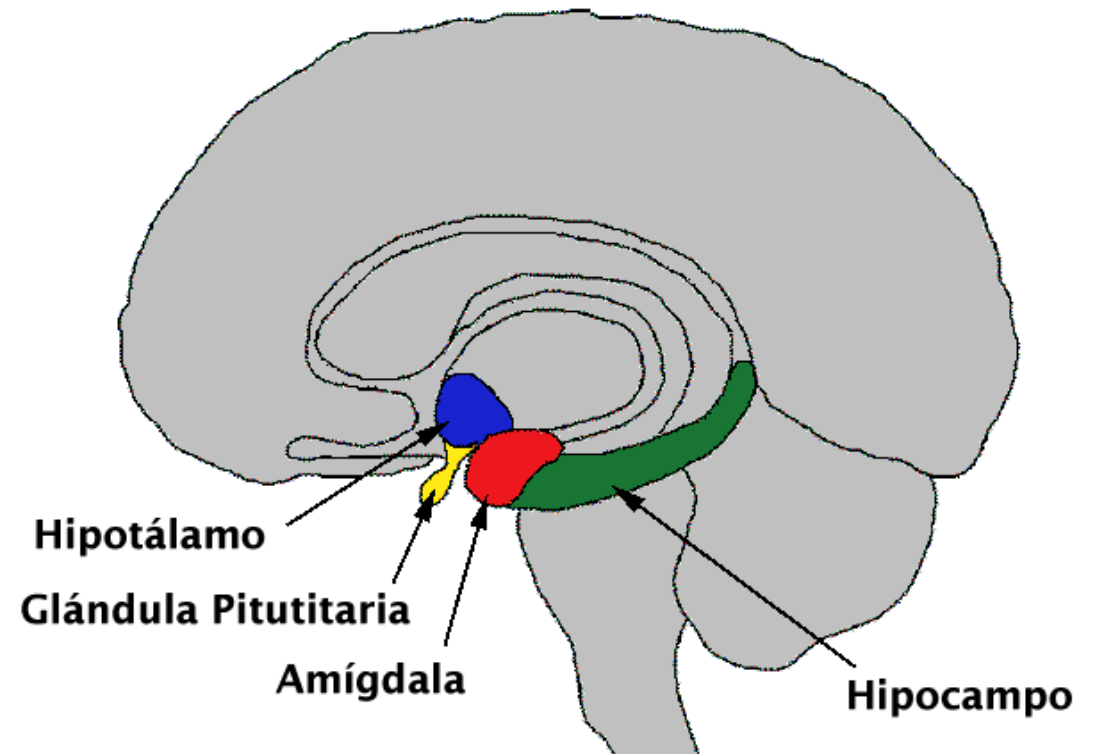
- La emoción energiza la conducta motivada
- Toda conducta motivada produce una reacción emocional y a su vez la emoción facilita la aparición de unas conductas motivadas y no otras.

EMOCIONES Y CEREBRO



Emociones

- Nuestra memoria emocional reside en una parte del cerebro llamada Amígdala, situada en el sistema límbico.
- Funciona archivando experiencias por similitudes: rechazo, ofensas, pérdidas, agresiones, alegría, amor, vergüenza...
- Cuando experimentamos un estímulo, este puede desencadenar una reacción automática.
- Todo dependerá de nuestra experiencia y de cómo hayamos resuelto situaciones parecidas anteriormente.
- Todo dependerá de nuestra experiencia y de cómo hayamos resuelto situaciones parecidas anteriormente



Estrategias para reconocimiento y autorregulación de las emociones

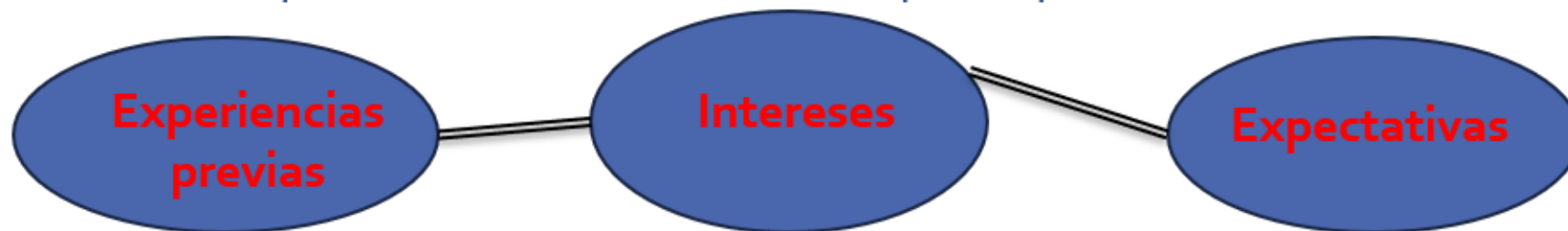
- Recordemos la importancia de las emociones en el aprendizaje:
- Según Goleman (1995), las emociones son determinantes en la forma en que las personas procesan información y toman decisiones.
- La Neurodidáctica, como lo señala Mora (2013), reconoce que el aprendizaje está profundamente influenciado por el estado emocional de los estudiantes, ya que las emociones positivas potencian la motivación, atención, la memoria y la creatividad.

Relación con los procesos cognitivos:

- Las emociones regulan la atención (Damásio, 2005), un proceso cognitivo clave en el aprendizaje. Por ejemplo, un estudiante con altos niveles de estrés tendrá dificultad para concentrarse y retener información.
- Los procesos cognitivos son las operaciones mentales que el cerebro realiza para procesar, almacenar y analizar la información que proviene de los sentidos. Son fundamentales para el aprendizaje, la inteligencia y la adaptación al medio social.

Atención

- Es la capacidad para **seleccionar** y **enfocar** un estímulo, permitiendo un nivel adecuado de activación, necesario para el procesamiento de información relevante.
- Esto implica la posibilidad de **ignorar otros estímulos**, pero no necesarios para una determinada situación.
- Es un proceso activo no estático que depende de:



- “La atención consiste en focalizar selectivamente nuestra consciencia, filtrando y desechando información no deseada; como un proceso emergente desde diversos mecanismos neuronales manejando el constante flujo de la información sensorial y trabajando para resolver la competencia entre los estímulos para su procesamiento en paralelo, temporizar las respuestas apropiadas y, en definitiva, controlar la conducta” (A. Estévez-González a, C. García-Sánchez b, C. 1997)

Se puede dividir en dos grandes grupos

- ✓ **Voluntaria:** depende de la persona.
- ✓ **Involuntaria:** Es producto de la atracción del medio, situaciones particularmente intensas.

Desarrollo de la atención

- Empieza a desarrollarse desde los primeros días de vida, aunque es involuntaria.
- Poco a poco el niño muestra interés en estímulos de su alrededor; la mediación del adulto es importante, sobre todo en el uso del lenguaje para nombrar la acción que se presenta.
- La atención voluntaria se desarrolla a lo largo de la niñez en función al aumento del papel del lenguaje en la regulación conductual.

MEMORIA: Operativa y permanente



- Es otro de los elementos fundamentales para el aprendizaje considerado como vital para la supervivencia .
- Sin nuestra memoria a largo plazo o permanente a más de fallar en el proceso educativo, estaríamos destinados a una existencia disfuncional en términos de sociedad.
- La atención y memoria están interrelacionadas, sin estos procesos cognitivos no existe un aprendizaje real.
- Es una función cerebral encargada de **codificar, almacenar y recuperar** información.

Memoria y aprendizaje

- Si como docentes entendemos que a veces los estudiantes olvidan porque han atribuido erróneamente información a un concepto similar pero distinto, y que ello puede hacer que la evocación sea más complicada, entonces podría apoyar de mejor manera al aprendizaje, reforzando el concepto.
- La memoria de trabajo es de vital importancia para mejorar el aprendizaje; si el estudiante es capaz de mantener la información en mente el tiempo suficiente para realizar una tarea, éste será más eficiente en su ejecución.
- Si buscamos que los estudiantes relacionen la información que reciben con algo que hayan experimentado en su vida, notaremos que ellos podrán recordar la nueva información de manera mucho más eficiente que información no contextualizada.

- Ciertas **emociones** como el **miedo** generan consolidación de la memoria creando ciertos caminos o esquemas mentales que son difíciles de romper, entonces si un estudiante es humillado en clase le será muy difícil disociar el aprendizaje de esa memoria negativa que se consolidó.
- Un concepto puede ser aprendido por algunas vías, varios tipos de información estimulan diferentes caminos neurológicos de memoria, por ello el conocimiento necesita ser almacenado y recuperado a través de diferentes tipos de estímulo.

Las emociones y el cerebro

- La amígdala regula las respuestas emocionales básicas, como el miedo y el placer, mientras que la corteza prefrontal participa en la autorregulación emocional, como lo explica LeDoux (2000).
- Según Davidson (2004), la interacción entre estas estructuras afecta la capacidad de los estudiantes para manejar el estrés y enfocarse en tareas cognitivas.

Autorregulación emocional

Goleman (1995) identifica la **autorregulación emocional** como una de las competencias clave de la inteligencia emocional, que incluye el manejo de impulsos y la capacidad de canalizar emociones hacia objetivos positivos.

Previo a la autorregulación debe presentarse el reconocimiento de las emociones.

Zimmerman (2002) describe el **ciclo de autorregulación**, compuesto por:

- 1. Fase de planificación:** Identificar metas y estrategias.
- 2. Fase de ejecución:** Monitoreo de emociones y comportamientos.
- 3. Fase de reflexión:** Evaluar qué funcionó y qué no.

Estrategias prácticas para el reconocimiento emocional

- Diarios emocionales: Según Zinsser (2016), invitar a los estudiantes a escribir sobre sus emociones fomenta la introspección y la autoconciencia emocional.
- Check-in emocional: Actividades como "¿Cómo te sientes hoy?" con tarjetas de emociones ayudan a los estudiantes a expresar su estado emocional (Hammond, 2015)

Cartas de las emociones

_____ 's Feeling Chart

How Do I Feel Today?

	Confused	Sad	Surprised	Silly	Friend/Mad	Friend/Happy	Great	Angry	Sick	Disappointed	Proud	Scared
Mon												
Tues												
Wed												
Thurs												
Fri												
Sat												
Sun												

FreePrintableBehaviorCharts.com

Referencias

- Goleman, D. (1995). Emotional intelligence: Why it can matter more than IQ.
- Bantam Books. Hammond, Z. (2015). Culturally responsive teaching and the brain: Promoting authentic engagement and rigor among culturally and linguistically diverse students. Corwin Press.
- Mora, F. (2013). Neuroeducación: Solo se puede aprender aquello que se ama. Alianza Editorial