



Monografía Curso de Capacitación Docente en Neurociencias

Alumna: Adriana Cecilia Pacheco

www.asociacioneducar.com

Mail: informacion@asociacioneducar.com

MSN: asociacioneducar@hotmail.com

Seguinos en:



Como influyen la atención, la memoria y el stress en el proceso de aprendizaje

Con la llegada de la finalización de un ciclo lectivo, los educadores no podemos dejar de notar y sorprendernos del progreso y avance que han logrado nuestros alumnos. Algunos de manera natural y otros con esfuerzo y dificultad pero la gran mayoría logra alcanzar los objetivos propuestos a principio de año. Y es ahí cuando uno se pregunta por qué aprendemos, de qué manera lo hacemos mejor y cómo ayudar a nuestros alumnos en el camino.

Para poder entender el proceso del aprendizaje y sus etapas creo importante tener en cuenta ciertos factores como la atención, la memoria y el stress.

La educación es básicamente transferencia de conocimiento de una persona más informada que otra en un cierto tema. El aprendizaje produce variaciones en el pensamiento y en el comportamiento en la persona que recibe la información.

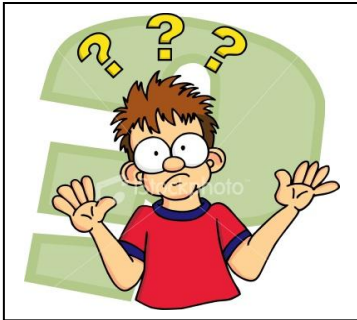
Este aprendizaje puede ser **implícito, automático e inconsciente** o **explícito, voluntario y consciente**

En la **primera** etapa del aprendizaje Cognitivo- ejecutivo: *No sé que no sé*

En la **segunda** etapa: *sé que no sé*

En la **tercera** etapa: *búsqueda del conocimiento*

En la **cuarta** etapa: *zona de aprendizaje teórico*. En ésta etapa hay que evitar el **aburrimiento y la ansiedad**



En la **quinta** etapa podemos encontrarnos con la **confusión**, ya que la información todavía está incompleta, es mucha, no se comprende el lenguaje técnico y/o no se cree en las propias capacidades intelectuales.

En la **sexta** etapa:

sé que sé



“Es muy importante captar y centrar la atención ya que son los pasos previos al aprendizaje y la memorización” Asoc. Educar



**"My teacher said I don't pay enough attention in class.
At least, that's what I think she said."**

“Mi maestra dijo que no presto suficiente atención en clase. Por lo menos eso es lo que creo que dijo”

La atención y la memoria forman parte de las funciones cognitivas. Por cognición entendemos, la capacidad para recibir, recordar, comprender, organizar y usar la información recogida por los sentidos.

Atención

La atención es la facultad que nos permite detectar cambios en el medio ambiente, fijarse en uno o varios aspectos de la realidad y prescindir de los restantes.

Diferentes tipos de atención

Espontánea oscila según los estímulos exteriores que recibe, requiere mínimo esfuerzo

Voluntaria cuando somos conscientes del esfuerzo que realizamos para mantener el foco en un estímulo determinado, requiere un gasto energético consciente y alto. La atención voluntaria puede ser sostenida en el tiempo.

Selectiva, o sea resistencia a la distracción

Alternancias de atención, cambiar el foco de atención

Atención dividida, capacidad para responder a múltiples tareas

Memoria

La memoria juega un papel protagónico en el aprendizaje ya que a través de ella vamos construyendo nuestro mundo interior y a través de él, evaluamos la realidad exterior

Diferentes tipos de memoria



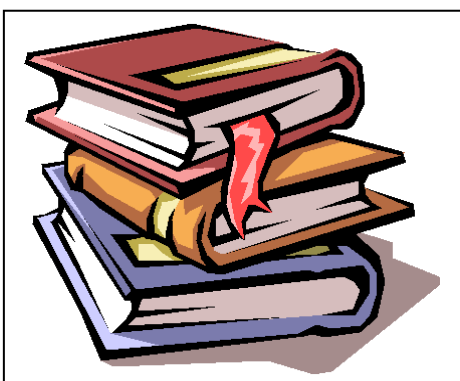
La memoria en relación con el tiempo

Inmediata: limitada a lo que puede recordarse mientras se mantiene la atención sobre lo percibido

Intermedia: es aquella que está entre la de corto y largo plazo, si no se repite y fortalece se pierde

Corto plazo: más duradera que la inmediata. Permite mantener activa la información actual

Largo plazo: la información permanece a lo largo del tiempo



La memoria en relación con el contenido

La memoria guarda esquemas implicados en procedimientos que se realizan

automáticamente, tanto cognitivos como motores

Memoria sensorial: almacenamiento de la información que nos llega a través de los sentidos, denominados registros *sensoriales*

Memoria declarativa: contiene información evocada conscientemente y puede ponerse en palabras “**saber que**”

Memoria semántica: archivo general de conocimiento conceptual

Memoria episódica: unida a detalles personales y que nos dan sensación del tiempo y de haber estado ahí

Cómo ayudar en el aula a nuestros alumnos en el proceso de aprendizaje

En el aula nos encontramos con muchos elementos, no todos pro aprendizaje como por ejemplo, ruidos externos, afiches de otras materias, la temperatura del ambiente y a su vez cosas que los chicos traen consigo como diferentes estados de ánimo o problemas familiares o entre compañeros. A pesar de estos factores uno tiene que enseñar un tema nuevo. Y la presentación de este tema llegará al cerebro de los chicos a través de los sentidos. Entonces tenemos que ayudarlos a focalizar la **atención** solo en lo que es importante en ese momento.

Necesitaremos:

- ❖ Crear una atmósfera cálida, en donde los alumnos se sientan respetados, escuchados y queridos ya que el estado emocional influye en la capacidad de aprendizaje cognitivo.
- ❖ En lo posible, el aula debe tener un tamaño adecuado, luz, ventilación y temperatura saludable
- ❖ Tener una rutina al comienzo de la clase en donde los alumnos se sientan seguros
- ❖ En la presentación no puede faltar la sorpresa o novedad para captar la atención o a través de variaciones en los estímulos sensoriales como cambios de voz, cambio de lugares o uso de colores
- ❖ Incluir los intereses individuales de los chicos o algo relevante a la vida de ellos
- ❖ Mantener el nivel de dificultad apropiado ayuda a reducir el **stress**. Este último punto es importante ya que si el alumno se siente estresado su cerebro cambiará a modo de supervivencia y su respuesta instintiva será de lucha o fuga impidiendo el aprendizaje

En conclusión, muchos factores influyen en el proceso de aprendizaje de un niño y creo que es nuestro deber y compromiso como docentes usar todas las herramientas disponibles para hacer de ésta etapa un espacio placentero y armonioso, porque más allá de la cantidad de contenidos que podamos transmitir estamos formando personas que además de mantener la supervivencia individual y de la especie tratarán de conocer y controlar el mundo exterior y su mundo interior para lograr la trascendencia y así alcanzar la felicidad.



www.asociacioneducar.com
[Mail: informacion@asociacioneducar.com](mailto:informacion@asociacioneducar.com)
[MSN: asociacioneducar@hotmail.com](mailto:asociacioneducar@hotmail.com)

Seguinos en:



Registros N°: 2783295-2783297-2286167
Asociación Educar para el Desarrollo Humano (000815/03)
Prohibida su reproducción parcial o total- Dirección Nacional del Derecho del Autor Registro N°:
610489
