

Monografías:

Curso de Capacitación Docente en Neurociencias

Alumna: Vanina Andrea Nicora

LOS JUEGOS GRUPALES COMO DISPARADORES DE ATENCION DE INFORMACION Y PROMOTORES DE RELACIONES INTERPERSONALES

Hoy en día los chicos son constantemente bombardeados por imágenes procedentes de distintas tecnologías que manejan, como por ejemplo, la televisión, los celulares, video juegos, etc. Esto causa una sobre estimulación y por ende, una falta de atención cuando tienen que realizar actividades. Además, muchos de ellos pierden horas frente a la computadora jugando en forma solitaria, lo que provoca problemas a la hora de relacionarse con otros en el aula. Sin embargo, mediante juegos grupales que duren unos minutos podemos atraer la atención de los alumnos, y a la vez, mejorar las relaciones con sus compañeros.



Los estímulos del mundo exterior ingresan al cerebro a través de los cinco sentidos. Pasan por el primer filtro que se encuentra en el tronco cerebral, que es el SARA (**Sistema Activador Reticular Ascendente**). Una vez que pasan por el SARA, llegan al Tálamo y se integran. En el Tálamo la información debe ser evaluada como a favor de la supervivencia o en contra. Muchas veces en el cerebro de los chicos, todo lo que contenga dificultad, vocabulario elevado o sea considerado aburrido va en contra de su supervivencia, y entonces la información que se les presenta no logra pasar a través de SARA y en consecuencia, no llegará a la memoria de largo plazo.

Para que la información adquirida se transforme en conocimiento hay muchas estrategias que pueden ayudar a los docentes para motivar a los alumnos y apuntar su atención a temas específicos que se quieran establecer. Tales estrategias pueden ser:

- ✚ La novedad,
- ✚ La sorpresa,
- ✚ La predicción,
- ✚ La anticipación positiva,

✚ Los intereses individuales, etc.

El registro de los estímulos sensoriales que pasan por los filtros está fuertemente influenciado por los estados emocionales de los chicos en el momento de escuchar o ver información. Mediante los juegos, los niveles de estrés bajan, incluimos el factor sorpresa para atraer la atención, lo que permite liberar un neurotransmisor (DOPAMINA) que despierta el interés, y a su vez, logra que la información sea internalizada.

Cuando el cerebro lanza dopamina durante una experiencia agradable, se construyen memorias fuertes de la misma, que posteriormente lanzan dopamina en la expectativa de una próxima experiencia agradable que inicialmente dio lugar a la oleada de este neurotransmisor. Este ciclo de anticipación de recompensa tiene varias ventajas, por ejemplo, un aumento de dopamina especialmente en el hipocampo que facilita la consolidación de la nueva información y el almacenamiento de nuevas palabras en la memoria de largo plazo. Las actividades que se asociaron a niveles crecientes de dopamina en el cerebro incluyen, entre otras:

- movimiento físico,
- contacto social,
- juego,
- humor,
- conexiones del saber asociados a intereses personales.

Por lo tanto, si repetimos estas actividades, en el cerebro las neuronas se irán excitando unas con otras hasta formar redes neuronales que con el uso se irán fortaleciendo ([Regla de la Neuroplasticidad](#)).

Si a esto le agregamos propuestas que incluyan una acción por parte de los chicos, estaremos encendiendo otro neurotransmisor, que es la NORADRENALINA.

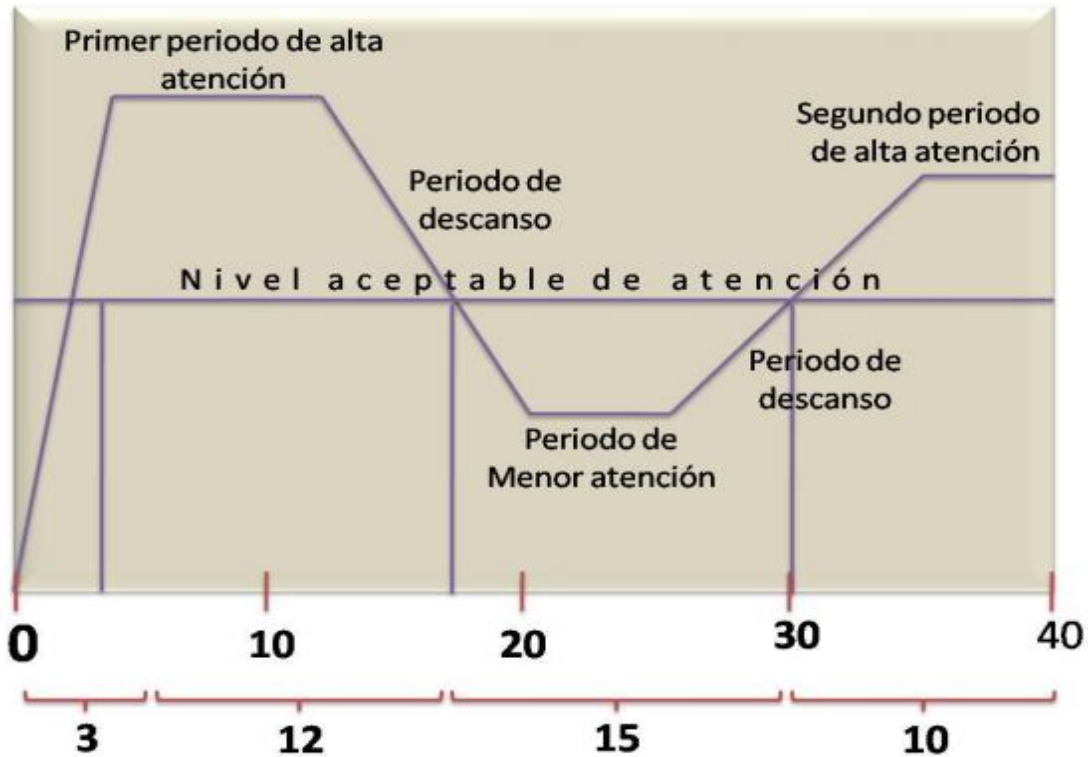
Si prestamos atención al Cono del Aprendizaje, diseñado por Edgar Dale, se muestra en la parte superior una forma pasiva de aprender mientras que la parte inferior representa una forma activa.



Si bien los porcentajes deben ser tomados con cautela, no podemos negar que el modo menos efectivo para aprender es si solo escuchamos o leemos y el más beneficioso es practicar lo que se intenta aprender.

Sin embargo, no debemos olvidar que los juegos o actividades no pueden ser de intervalos extensos ya que el cerebro ante el esfuerzo y consumo de energía, tiene ciclos de mayor y menor atención. Es por esto que lo ideal sería aplicar los juegos que no superen los 15 minutos al comenzar la clase. De esta manera, podemos realizar un repaso de lo visto anteriormente o introducir contenidos nuevos y focalizar la atención a temas que consideremos importantes.

La siguiente imagen muestra los ciclos de atención en un período de 40 minutos de clase.



Si además a los juegos le agregamos como requisito que sean grupales, podremos mejorar los vínculos en el aula puesto que las dinámicas grupales podrían ser el medio para tener relaciones óptimas entre alumnos. Esto se debe a que un grupo ayuda a superar problemas personales, crear seguridad, permite una retroalimentación crítica constructiva que ayuda a crecer, es decir, que ayuda a las relaciones interpersonales.

Howard Gardner define a la inteligencia como “la capacidad de resolver problemas o elaborar productos que sean valiosos en una o más culturas” y añade que así como hay muchos tipos de problemas, también hay muchos tipos de inteligencias. Dentro de las ocho inteligencias que identificó, encontramos la inteligencia interpersonal.



La misma es definida por Gardner como la capacidad de entender a los demás e interactuar eficazmente con ellos. Incluye la sensibilidad a expresiones faciales, la voz, los gestos y posturas y la habilidad para responder. La tienen los alumnos que disfrutan trabajar en grupo, que son convincentes en sus negociaciones con pares y entienden al compañero.

Podemos concluir entonces que los juegos en grupo proporcionan un método efectivo no sólo para fijar temas anteriores o presentar otros nuevos, sino también a fortalecer lazos entre pares, estimular el diálogo y resolver conflictos confiando en los demás, habilidades que serán de gran ayuda para la vida adulta.