



**CLASES**  
**“CEREBRALMENTE AMIGABLES” (1)**  
**PRIMERA PARTE**

Una clase “cerebralmente amigable” consta de siete pasos:

Paso 1: ¡Llegue a sus alumnos!

Paso 2: Reflexionar

Paso 3: Decodificar

Paso 4: Fortalecer

Paso 5: Practicar

Paso 6: Repasar

Paso 7: Recuperar

**En esta primera parte desarrollaremos:**

**. ¡Llegue a sus alumnos!**

**. Reflexionar**

**Paso 1: ¡Llegue a sus alumnos!**

Para poder llegarles a sus alumnos usted debe poder depositar la información que quiere enseñar en la memoria sensorial inmediata de sus aprendices. Este es el primer paso hacia la memoria de largo plazo que será su destino final.

**Tatuaje neocortical:** Para llegar a nuestros alumnos necesitamos Novedad, Organizadores visuales, Atención, Emoción y Relevancia. Colaboran para esto:

- **Organizadores visuales:** Debemos usarlos para focalizar la atención de nuestros estudiantes.

¡Una excelente idea es empezar con un mapa mental!

- **Novedad:** Lo nuevo es atractivo para el cerebro. El tronco del encéfalo filtra la información sensorial, pero cuando percibe algo original libera Noradrenalina para despertar al cerebro.

Algunas ideas para agregar novedad en sus clases:

**1. Empezar con un dato curioso:**

Por ejemplo, explicar que los murciélagos producen sonidos que les proporcionan información sobre la ubicación de los objetos. Este animal utiliza los ecos generados para recordar detalles del entorno en el que opera. Ello exige de la actividad de un componente de memoria espacial muy sensible.

**2. Utilice accesorios:**

- Use una remera de Batman;
- Use un silbato o un sonido al que sus alumnos no estén acostumbrados.

- **Atención:** ¡Necesitamos desesperadamente de la focalización de nuestros alumnos! Ellos siempre están atentos, ¡pero no en lo que nosotros deseamos!

- **Emoción:** Incorporar la emoción en la enseñanza es una excelente forma de llegar a los alumnos. Cuando la Amígdala cerebral detecta una emoción potencia la actividad de las áreas relacionadas con la formación de memorias. Utilice “anzuelos emocionales”. Haga que su clase sea interesante. Liberamos Noradrenalina cuando estamos interesados, lo cual aumenta la percepción de la experiencia:

¡Las emociones son contagiosas! Por tanto actúe de forma apasionada e interesada. ¿Qué es excitante de lo que va a enseñar?

Ponga música relacionada con el tema del cual hablará. La melodía tiene anzuelos emocionales para muchos temas.

- **Relevancia:** El material debe ser relevante para sus alumnos, lo que implica asociar nuestros contenidos con hechos que les importen (o sea que están relacionados con su vida diaria). Esto les permitirá hacer conexiones rápidamente con sus conocimientos previos.

**Sello neocortical: Nuestros alumnos recuerdan aquello que está relacionado con sus vidas.**

## Paso 2: Reflexionar

Este proceso consiste en pensar acerca de la información enseñada (y manipularla) en nuestra memoria de trabajo.

¡Ofrecerles a los alumnos la oportunidad de hacer conexiones requiere que les demos tiempo y silencio!

Reflexionar les permite a los estudiantes buscar en sus memorias de largo plazo el conocimiento previo que tienen sobre el tema. Es también una forma de practicar.

**Sello neocortical: La reflexión es la primera práctica.**

Al manipular la nueva información en la memoria de trabajo, la conectan con la “vieja” que poseen en su memoria de largo plazo. Esto les permite encontrar un “gancho” en el cual colgar todos los datos novedosos.

La reflexión es una posibilidad de hacer conexiones con algo que el alumno ya sabe. Éste es el momento en el que ellos necesitan del silencio de los docentes que estimule el pensamiento reflexivo para llevar conocimiento a una memoria de largo plazo.

Estos períodos de mutismo los podemos denominar “tiempo para pensar”. Nuestros alumnos están muy acostumbrados a las respuestas tipo “videojuegos” (pregunta seguida de una respuesta sin una pausa en el medio).

La capacidad de reflexionar sobre la experiencia y combinarla con su conocimiento previo es esencial para tomar la información de la memoria inmediata y procesarla en la de trabajo. Ésta nos permite retener la nueva información mientras nuestro cerebro busca en la memoria de largo

plazo patrones o conexiones con las cuales pueda conectarla.

Pareciera que nuestro peor enemigo en la educación es el tiempo.

No tenemos tiempo para cubrir el programa, para dar una enseñanza personalizada, para ir al baño, etc.

**Sello neocortical: Hágase tiempo para tomarse el tiempo.**

El tiempo atencional de nuestros alumnos es su edad en minutos.

En un buen día un niño de 10 años puede prestarle 10 minutos de atención a un estímulo, luego lo perderá.

Tiempo de espera: si les ofrece a sus alumnos la oportunidad de tener unos minutos para responder, les dará suficiente tiempo para reflexionar o para que puedan acceder a sus conocimientos previos y así formular una respuesta apropiada.

**Sello neocortical: Los alumnos necesitan tiempo para responder y para preguntar.**

¡Apúrese y espere! Las preguntas que exigen pensamiento crítico pueden demandar de 5 a 10 minutos. El tiempo de espera les permite a los estudiantes buscar en su memoria de largo plazo mientras conservan la información nueva en su memoria de trabajo.

La reflexión se produce en la corteza Prefrontal, el área ejecutiva responsable de la memoria de trabajo.

Los hábitos de las clases altamente reflexivas son:

1. Preguntar;
2. Visualizar;
3. Escribir;
4. Aprendizaje colaborativo.

**Sello neocortical: reflexionar no es un lujo, es una necesidad.**

---

Hasta la próxima!

---

<sup>1</sup> ROSLER, Roberto. “Clases cerebralmente amigables para que sus alumnos recuerden lo que usted les enseña”. Asociación Educar para el desarrollo humano, en: <https://asociacioneducar.com/clases-cerebralmente-amigables-1>. Recuperado: julio 2022.