



"2020. Año de Laura Méndez de Cuenca, emblema de la mujer Mexiquense"



ESC. OFTV. No. 0675
"MELCHOR MUZQUIZ"

PROF. JOSUE ISRAEL
CASTILLO RAMIREZ
EL LIMON DE SAN LUCAS, ZONA V043
TEJUPILCO; MEXICO.

C.C.T. 15ETV0699R
CICLO ESCOLAR 2019- 2020

ACERVO DIGITAL

TEMA:

***LA GIMNASIA CEREBRAL: UNA
ACTIVIDAD PARA EL APRENDIZAJE***

POR:

JOSUE ISRAEL CASTILLO RAMIREZ

FECHA 05/08/20

INTRODUCCION

La sociedad en la que actualmente vivimos exige a las escuelas formar alumnos capaces de pensar para actuar, reflexionar, tener creatividad, resolver problemas, etc. Encontrando con ello un sentido significativo a su vida, y a la de sus semejantes, a su vez el alumno adquiere habilidades, destrezas y actitudes que serán en un futuro el soporte de su andar por la vida educativa, familiar y social.

Los profesores debemos ser conscientes de que para rendir fruto, es importante estar en constante actualización profesional, para mejorar el trabajo cotidiano y optimizar resultados en el aula. Desde nuestra perspectiva encontramos en la gimnasia cerebral grandes resultados en los alumnos, porque los diversos ejercicios que esta incluye permite, ubicarla como una estrategia adecuada que aporta grandes beneficios en la mejora del aprendizaje y el desarrollo psicomotriz del alumno.

El tema de gimnasia cerebral como una actividad para el aprendizaje es para nosotras de sumo interés ya que al estar a en contacto con los alumnos de nos hemos dado cuenta de que presentan demasiadas carencias como: dificultad al leer y escribir, en comprensión matemática y lectora, en coordinación, entre otras que también pueden ser significativas.

La gran parte de la problemática educativa que vivimos actualmente, se debe a la falta de concientización, sensibilización y actualización por parte de los docentes, esto genera una rutina que se vuelve una educación tradicionalista, que da como resultado alumnos pasivos.

Los estímulos son importantes, y se perciben a través de los diferentes sentidos, esto es importante para el aprendizaje, ya que como dijo Aristóteles “nada hay en mi intelecto que no pase por mis sentidos”.

El cerebro es un órgano que estimulamos diariamente, cada día se encuentra predispuesto a efectuar labores diferentes, con la utilización de gimnasia cerebral podremos tener un intelecto y a su vez un desarrollo psicomotriz más acelerado ya que esta es una serie de movimientos coordinados que involucran cuerpo y mente, llevando al cerebro a que realice nuevas conexiones; es bueno obligar a realizar diferentes tareas mentales por lo menos durante cinco o diez minutos todos los días y así sacarlo de la monotonía.

Las siguientes preguntas darán una visión más general sobre nuestro trabajo, además de que serán una guía esencial para la realización del mismo.

¿QUÉ ES UNA ESTRATEGIA?

“El termino estrategia, literalmente, significa: arte de dirigir y coordinar las acciones militares, y de hacer una cosa para alcanzar un objetivo”; se deriva del griego *estrategas* que quiere decir “general”. Militarmente, se refiere a la manera de elegir acciones más adecuadas para encauzar los esfuerzos y derrotar al enemigo o, para disminuir las consecuencias de una derrota” (Much-Gracia, 2004p.82).

¿QUÉ ES ESTIMULO?

El estímulo es un agente de acción-reacción. “Llamamos estímulo a todo cambio, modificación o variación, que ocurre en el medio, capaz de provocar una respuesta o una reacción en el organismo. Los estímulos son de muy diversa naturaleza. Por ejemplo, para los seres vivos, la luz es un estímulo, así como las variaciones de temperatura, o las sustancias químicas.” (Beltrán, 1975.p.313)

Así mismo el juego es parte de una estrategia, y hablando en el sentido de la educación el juego es una estrategia para la enseñanza ya que estimula y motiva al cerebro para adquirir el aprendizaje de una manera divertida.

¿QUÉ ES EJERCICIO?

Es la activación del cuerpo a través de las señales que imparte nuestro cerebro para que genere movimiento.

“A través del movimiento experimentamos nuestros grandes potenciales para aprender, pensar y crear; en nosotros se encuentran todos los recursos esperando a ser activados. El infinito potencial cuerpo/mente se libera a través del movimiento, pues la asombrosa plasticidad neuronal solo necesita del movimiento para activar ese potencial que puede transformar por completo nuestra vida, es la característica principal de nuestro sistema nervioso, la que nos proporciona la habilidad de aprender”(Luz María Ibarra, 1997.p.14).

¿QUÉ ES GIMNASIA CEREBRAL?

Es una serie de ejercicios y movimientos coordinados utilizando todo nuestro cuerpo, y nos permite tener un aprendizaje efectivo y acelerado; ya que activa, y estimula nuestros hemisferios para que estén dispuestos a adquirir el conocimiento.

¿POR QUÉ DEBERÍAMOS IMPLEMENTAR LA GIMNASIA CEREBRAL EN LAS ESCUELAS?

Porque nos ayuda a predisponer el cerebro de nuestros alumnos a recibir el aprendizaje.

¿Qué es una estrategia?

¿Cómo aplicar una estrategia de trabajo?

¿Para qué aplicar estrategias de trabajo?

¿Por qué aplicar estrategias de trabajo en el aula?

¿Beneficios de las estrategias de trabajo?

La palabra estrategia viene de “strategos” que en griego significa general. En ese terreno se le define como “La ciencia y el arte del mando militar aplicados a la planeación y conducción de operaciones de combate en gran escala.(1)

Alfred Chandler JR. la define como la determinación de metas y objetivos básicos de largo plazo de la empresa, la adopción de los cursos de acción y la asignación de recursos necesarios para lograr dichas metas (2)

Cuando aprendemos algo también podemos elegir entre distintos métodos y sistemas de aprender. Dependiendo de lo que queramos aprender nos interesará utilizar unas estrategias y no otras. No existen estrategias buenas y malas en sí mismas, pero sí estrategias adecuadas o inadecuadas para un contexto determinado. Los resultados que obtenemos, lo bien o rápido que aprendemos dependen en gran medida de saber elegir la estrategia adecuada para cada tarea.

La mayoría de las veces el trabajo en el aula consiste en explicar conceptos, en dar información, y en hacer ejercicios para comprobar si esos conceptos se entendieron. Muchas veces lo que no se explica ni se trabaja son las distintas estrategias o métodos que los alumnos pueden emplear para realizar un ejercicio o absorber una determinada información.

Cuando las estrategias no se explican en clase cada alumno se ve obligado a descubrirlas por su cuenta. Lo que suele suceder es que algunos alumnos, por si solos y sin necesidad de ayuda, desarrollan las estrategias adecuadas. De esos alumnos decimos que son brillantes. Pero habrá otro grupo de alumnos que desarrollarán métodos de trabajo inadecuados. Esos alumnos que trabajan y se esfuerzan y, sin embargo, no consiguen resultados son casos típicos de alumnos con estrategias inadecuadas

Muchas veces esos alumnos (y los mismos profesores) no son conscientes de que el problema radica en la utilización de unas inadecuadas estrategias y lo atribuyen a falta de inteligencia.

Cuando no consiguen los mismos resultados que sus compañeros (o cuando se rompen la cabeza en el intento) no se plantean que el método de trabajo no es el apropiado sino que ellos son burros, no valen, son poco inteligentes. La visión prevalente en nuestra sociedad de que la inteligencia es una cualidad innata y no algo a desarrollar hace el resto, los alumnos con malas estrategias muchas veces acaban creyéndose incapaces y por lo tanto dejan de intentarlo. Cuando eso sucede el problema de las estrategias se convierte en un problema de motivación y actitudes.

No sólo los alumnos, los profesores también somos el producto de esa visión de la inteligencia como algo inamovible. Estamos acostumbrados a pensar que la inteligencia no se desarrolla, que la gente 'es' de una determinada manera. Muchas veces etiquetamos a los alumnos como brillantes o torpes y esa

misma etiqueta hace que no nos planteemos la necesidad de trabajar de otra manera y, más importante, de enseñarles a ellos a trabajar de otra manera.

Pero los métodos de trabajo se pueden cambiar, las estrategias se pueden aprender. De hecho nos pasamos la vida aprendiendo nuevas maneras de hacer las cosas. ¿Quiere decir esto que cualquiera alumno puede pasar de 'torpe' a 'brillante'? O, dicho de otro modo, ¿puedo yo, que no he jugado al fútbol en mi vida, llegar a ser Pele si aprendo las estrategias adecuadas?

Me temo que tengo pocas probabilidades de aprender a jugar al fútbol, no ya como Pele, sino ni siquiera como cualquiera de mis alumnos. Para empezar las capacidades se desarrollan, pero el punto de partida es distinto para cada uno de nosotros. Seguro que cuando se trata de jugar al fútbol el estado físico del que parten mis alumnos es mejor que el mío, además, la motivación y el interés son distintos. A mí no me gusta el fútbol, a mis alumnos sí. Eso sin contar con la influencia de otros factores, como por ejemplo, que jugar al fútbol es socialmente adecuado para los niños, pero no tanto para las niñas y desde luego no para las cuarentonas.

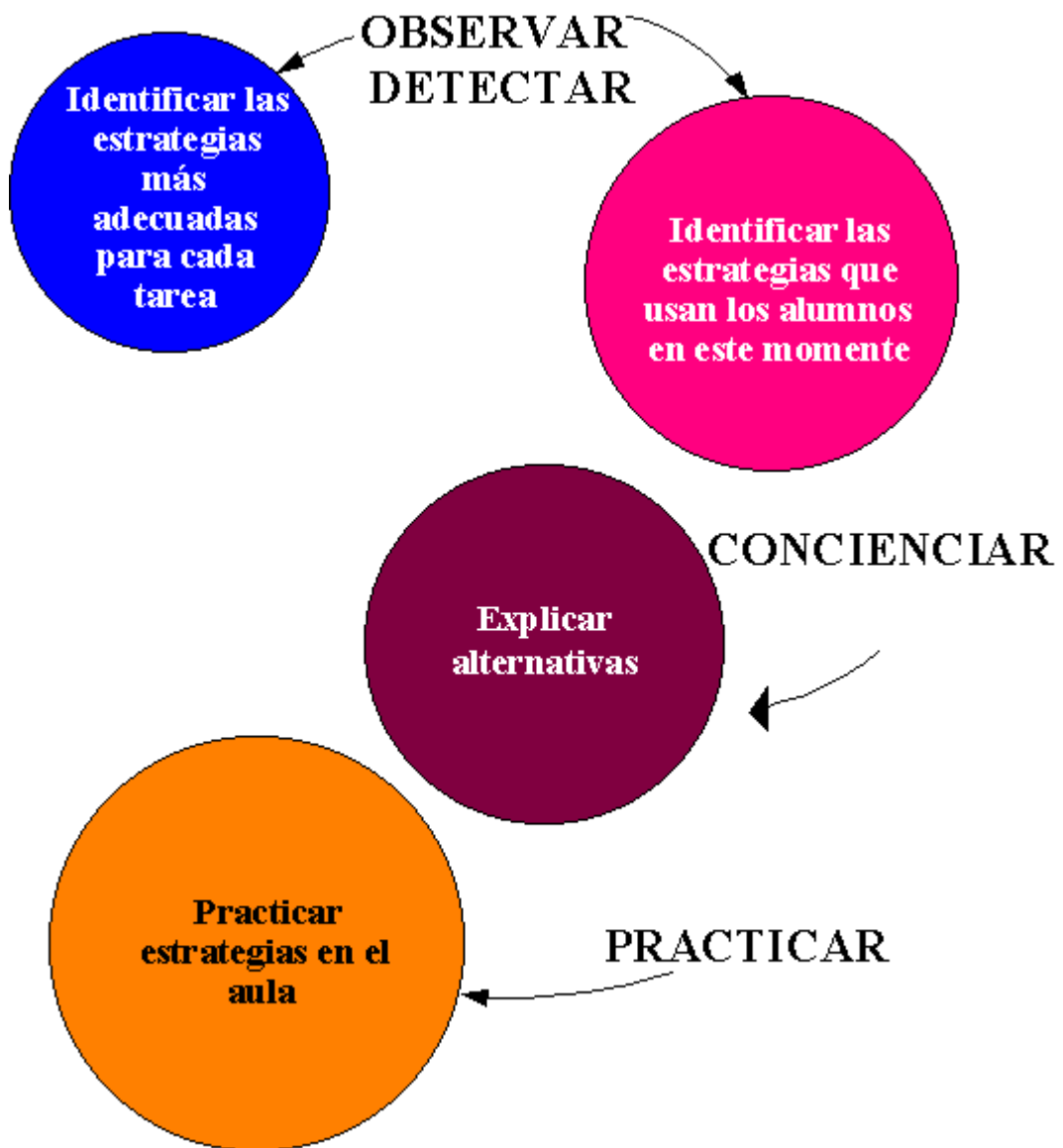
Con todo y con eso, seguro que si me pongo a jugar todos los días puedo aprender a jugar mucho mejor que ahora. En cualquier caso no es suficiente con jugar. Si me pongo a jugar todos los días, tal vez, como mis alumnos brillantes, aprenda a jugar bien yo sola, pero lo más seguro es que sin un buen entrenador que me explique cómo hacerlo mejor me limite a perpetuar mis errores iniciales.

Quizás mis alumnos torpes no siempre puedan convertirse en brillantes, pero todos pueden mejorar respecto a su punto de partida y, muchas veces, con el entrenamiento adecuado, mejoran mucho más de lo que ni ellos ni yo creíamos posible.

No está claro que es lo que hace que unos alumnos desarrollen unas estrategias adecuadas y otros no, lo que sí está claro es que las estrategias se aprenden, y que un alumno con estrategias inadecuadas puede cambiarlas si se le dan las indicaciones necesarias.

El primer paso de ese proceso de cambio es desarrollar la percepción de que las estrategias existen e influyen en el aprendizaje. Esa percepción se crea tan pronto como las estrategias se convierten en parte habituales del trabajo del aula.

Trabajar estrategias en el aula supone:



Identificar la estrategia o gama de estrategias más adecuadas para cada tarea

Identificar la estrategia o conjunto de estrategias más eficaces para una tarea concreta naturalmente supone plantearnos nuestra materia no desde el punto de los conocimientos que queremos que adquieran nuestros alumnos, sino desde el punto del tipo de habilidades que necesitan desarrollar para poder adquirir esos conocimientos.

En mi experiencia trabajar estrategias muchas veces supone sacar a la luz y sistematizar conocimientos que tenemos de forma intuitiva. Todos los que hemos pasado por un aula, sea como alumnos o como profesores, sabemos distinguir a un alumno bueno de otro no tan bueno. Decimos que Rubén es muy bueno en inglés y que a Jesús se le dan bien las matemáticas. Pero, ¿qué es lo que me demuestra que un alumno es bueno en matemáticas, inglés, dibujo, historia, filosofía, o educación física?

No es el nivel de conocimientos teóricos, sino como realizan las actividades de aula y, por lo tanto, el tipo de estrategias que utilizan.

Si lo que diferencia a un alumno bueno de otro malo es el tipo de estrategias que utiliza y nosotros sabemos identificar a los buenos alumnos, eso implica que también sabemos cuáles son las estrategias que determinan el éxito o el fracaso en nuestra asignatura. Lo que nos hace falta no es aprender nada nuevo, sino sistematizar lo que ya sabemos, hacerlo explícito. Las preguntas de este cuestionario te pueden ayudar a identificar las estrategias que determinan el éxito de tus alumnos.

Por ejemplo, la lectura es una de las tareas que nuestros alumnos necesitan realizar bien para poder obtener resultados en gran cantidad de áreas. Pero ¿cuáles son las estrategias que caracterizan a los buenos lectores?

Identificar las estrategias que utilizan los alumnos en este momento

Las estrategias de aprendizaje son procesos mentales y, por lo tanto, no son directamente observables. Sin embargo si son detectables.

Además, aunque nuestros alumnos (nosotros tampoco) no están acostumbrados a prestarle atención a las estrategias que utilizan eso no quiere decir que no las puedan explicar. Una forma rápida de averiguar que estrategias utilizan nuestros alumnos es preguntarles. La pregunta básica es

¿CÓMO LO HACES?

Los questionarios de estrategias nos sirven para extraer información general, pero muchas veces necesitaremos, además, trabajar con los alumnos de forma individual hasta identificar las principales estrategias que utilizan los alumnos buenos malos y regulares de un determinado nivel. Por eso el principal obstáculo para detectar estrategias es con frecuencia la falta de tiempo.

Practicar las estrategias en el aula

Las estrategias se aprenden a base de practicarlas, por lo tanto tendremos que ofrecerles a nuestros alumnos oportunidades y actividades para explorar y practicar nuevas estrategias.

La pregunta que tenemos que hacernos cuando diseñamos actividades para practicar estrategias es



¿Qué proceso mental tiene que realizar el alumno para hacer esta actividad?

Cuando trabajo con mis alumnos reglas de gramática lo puedo hacer de muchas maneras. Si les explico yo las reglas mientras ellos toman apuntes el proceso mental de mis alumnos es muy distinto que si les pide que ellos deduzcan reglas a partir de un texto. La materia trabajada es la misma, pero el proceso mental que tiene que realizar mis alumnos es totalmente distinto.

Si, volviendo al ejemplo de la lectura, lo que quiero es que mis alumnos aprendan unas estrategias concreta y no otras ¿qué tipo de actividad promueve esos procesos y no otros?

Cuando diseñamos actividades o ejercicios para afianzar conocimientos lo importante es el resultado, sabemos que un alumno entendió la materia si el ejercicio está bien hecho. Cuando diseñamos ejercicios o actividades para practicar estrategias lo importante es el proceso, y no el resultado, por lo tanto lo importante no es que el alumno haga bien el ejercicio, sino que practique el proceso mental, la estrategia adecuada.

Es importante recordarlo porqué practicar estrategias necesita tiempo, más tiempo que absorber conocimientos. Si un alumno lleva años utilizando una determinada estrategia no la va a cambiar de la noche a la mañana. Cuando trabajamos conocimientos podemos trabajar a corto plazo, pero las estrategias son normalmente un trabajo a medio o a largo plazo.

El plazo que necesite el alumno para cambiar unas estrategias por otras dependerá de muchos factores. Entre otros su estilo de aprendizaje. Las estrategias son los métodos que un alumno utiliza en una situación concreta, el estilo de aprendizaje representa las grandes tendencias que ese alumno muestra. Un alumno visual y con predominio del hemisferio izquierdo puede, sin embargo, utilizar una estrategia auditiva en casos concretos. Y viceversa, un alumno con un estilo muy auditivo puede utilizar estrategias visuales en determinadas tareas.

Es decir, nos podemos encontrar alumnos con estilos de aprendizaje distintos utilizando la misma estrategia en casos concretos. Paralelamente nos podemos encontrar alumnos con estilos de aprendizaje muy parecidos que utilicen estrategias distintas para la misma tarea.

Además las estrategias cambian según el nivel de conocimientos. Un ejemplo claro son las estrategias de lectura en lengua materna y lengua extranjera. Cuando los alumnos están en los estados iniciales del aprendizaje de una lengua extranjera muchos de ellos utilizan estrategias auditivas para leer, incluso aunque esas no sean sus estrategias habituales en lengua materna. Lógicamente es mucho más fácil enseñarles a usar estrategias visuales de lectura en lengua extranjera a aquellos alumnos con un estilo de aprendizaje visual, que ya tienen esas estrategias en su lengua materna.

EL JUEGO COMO ESTÍMULO EN EL PROCESO DE ENSEÑANZA

¿QUÉ ES EL JUEGO?

¿CUÁL ES LA NATURALEZA DEL JUEGO?

¿CÓMO UTILIZAR EL JUEGO?

¿PARA QUÉ UTILIZAR EL JUEGO?

¿CUÁNDO UTILIZAR EL JUEGO?

El juego didáctico es una estrategia que se puede utilizar en cualquier nivel o modalidad educativa pero por lo general el docente lo utiliza muy poco porque desconoce sus múltiples ventajas. El uso de esta estrategia persigue una cantidad de objetivos que están dirigidos hacia la ejercitación de habilidades en determinada área. Es por ello que es importante para los docentes conocer las destrezas que se pueden desarrollar nuestros alumnos a través del juego, en cada una de las áreas de desarrollo del educando como: la físico-biológica; socio-emocional, cognitivo-verbal y la dimensión académica. Así como también es de suma importancia conocer las características que debe tener un juego para que sea didáctico y manejar su clasificación para saber cuál utilizar y cuál sería el más adecuado para un determinado grupo de educandos.

Una vez conocida la naturaleza del juego y sus elementos es donde el docente se pregunta cómo elaborar un juego, con qué objetivo crearlo y cuáles son los pasos para realizarlo, es allí cuando comienza a preguntarse cuáles son los

materiales más adecuados para su realización y comienzan sus interrogantes. El propósito de generar estas inquietudes gira en torno a la importancia que conlleva utilizar dicha estrategia dentro del aula y que de alguna manera sencilla se puede crear sin la necesidad de manejar el tema a profundidad, además de que a partir de algunas soluciones prácticas se puede realizar esta tarea de forma agradable y cómoda tanto para el docente como para los alumnos. Todo ello con el fin de generar un aprendizaje efectivo a través de la diversión.

Antes de hacer referencia al juego didáctico es necesario realizarnos las siguientes interrogantes: *¿Quién no ha jugado alguna vez? ¿Quiénes juegan con más frecuencia? ¿Qué es lo primero que hacen los niños al salir al recreo? ¿Qué juegos conocemos?...*

Algunas de las respuestas serían: *¡Todos hemos jugado alguna vez!, ¡Más que todo los niños lo hacen!, ¡Salen al recreo a jugar!, ¡Algunos de los juegos que conocemos son: avión , dominó, ajedrez, monopolio, bingo y rompecabezas, entre otros.*

La relación entre juego y aprendizaje es natural; los verbos “jugar” y “aprender” confluyen. Ambos vocablos consisten en superar obstáculos, encontrar el camino, entrenarse, deducir, inventar, adivinar y llegar a ganar... para pasarlo bien, para avanzar y mejorar (Andrés y García, s/f).

La diversión en las clases debería ser un objetivo docente. La actividad lúdica es atractiva y motivadora, capta la atención de los alumnos hacia la materia, bien sea para cualquier área que se desee trabajar. Los juegos requieren de la comunicación y provocan y activan los mecanismos de aprendizaje. La clase se impregna de un ambiente lúdico y permite a cada estudiante desarrollar sus propias estrategias de aprendizaje. Con el juego, los docentes dejamos de ser el centro de la clase, los “sabios” en una palabra, para pasar a ser meros facilitadores-conductores del proceso de enseñanza- aprendizaje, además de potenciar con su uso el trabajo en pequeños grupos o parejas.

Según Ortega (citado en López y Bautista, 2002), la riqueza de una estrategia como esta hace del juego una excelente ocasión de aprendizaje y de comunicación, entendiéndose como aprendizaje un cambio significativo y estable que se realiza a través de la experiencia.

La importancia de esta estrategia radica en que no se debe enfatizar en el aprendizaje memorístico de hechos o conceptos, sino en la creación de un entorno que estimule a alumnos y alumnas a construir su propio conocimiento y elaborar su propio sentido (Bruner y Haste, citados en López y Bautista, 2002) y dentro del cual el profesorado pueda conducir al alumno progresivamente hacia niveles superiores de independencia, autonomía y capacidad para aprender, en un contexto de colaboración y sentido comunitario que debe respaldar y acentuar siempre todas las adquisiciones.

Las estrategias deben contribuir a motivar a los niños y niñas para que sientan la necesidad de aprender. En este sentido debe servir para despertar por sí misma la curiosidad y el interés de los alumnos, pero a la vez hay que evitar que sea una ocasión para que el alumno con La relación entre juego y aprendizaje es natural; los verbos “jugar” y “aprender” confluyen. Ambos vocablos consisten en superar obstáculos, encontrar el camino, entrenarse, deducir, inventar, adivinar y llegar a ganar... para pasarlo bien, para avanzar y mejorar (Andrés y García, et.al).

La diversión en las clases debería ser un objetivo docente. La actividad lúdica es atractiva y motivadora, capta la atención de los alumnos hacia la materia, bien sea para cualquier área que se desee trabajar. Los juegos requieren de la comunicación y provocan y activan los mecanismos de aprendizaje. La clase se impregna de un ambiente lúdico y permite a cada estudiante desarrollar sus propias estrategias de aprendizaje. Con el juego, los docentes dejamos de ser el centro de la clase, los “sabios” en una palabra, para pasar a ser meros facilitadores-conductores del proceso de enseñanza- aprendizaje, además de potenciar con su uso el trabajo en pequeños grupos o parejas.

Según Ortega (citado en López y Bautista, 2002), la riqueza de una estrategia como esta hace del juego una excelente ocasión de aprendizaje y de comunicación, entendiéndose como aprendizaje un cambio significativo y estable que se realiza a través de la experiencia.

La importancia de esta estrategia radica en que no se debe enfatizar en el aprendizaje memorístico de hechos o conceptos, sino en la creación de un entorno que estimule a alumnos y alumnas a construir su propio conocimiento y elaborar su propio sentido (Bruner y Haste, citados en López y Bautista, 2002) y dentro del cual el profesorado pueda conducir al alumno progresivamente hacia niveles superiores de independencia, autonomía y

capacidad para aprender, en un contexto de colaboración y sentido comunitario que debe respaldar y acentuar siempre todas las adquisiciones.

Ahora bien, según Sanuy (1998) “la palabra juego, proviene del término inglés “game” que viene de la raíz indo-europea “ghem” que significa saltar de alegría... en el mismo se debe brindar la oportunidad de divertirse y disfrutar al mismo tiempo en que se desarrollan muchas habilidades” (p.13). Para autores como Montessori, citada en Newson (2004) “el juego se define como una actividad lúdica organizada para alcanzar fines específicos” (p. 26

Las estrategias deben contribuir a motivar a los niños y niñas para que sientan la necesidad de aprender. En este sentido debe servir para despertar por sí misma la curiosidad y el interés de los alumnos, pero a la vez hay que evitar que sea una ocasión para que el alumno con dificultades se sienta rechazado, comparado indebidamente con otros o herido en su autoestima personal, cosa que suele ocurrir frecuentemente cuando o bien carecemos de estrategias adecuadas o bien no reflexionamos adecuadamente sobre el impacto de todas nuestras acciones formativas en el aula (Correa, Guzmán y Tirado, citados en López y Bautista, 2002).

Es necesario que el docente repita varias veces las reglas del juego y llame la atención de los pequeños acerca de que si las reglas no se cumplen, el juego se pierde o no tendrá sentido. Así, se desarrollará, además, el sentido de la organización y las interrelaciones con los compañeros.

La temática para los juegos didácticos está relacionada con los distintos contenidos de las actividades pedagógicas que se imparten, y serán una parte de la misma. En las actividades para el desarrollo del lenguaje, por ejemplo, se realizan juegos para la correcta pronunciación de los sonidos, aunque es conveniente señalar que nunca se llevan a cabo cuando el sonido se presenta por primera vez, sino para fijarlo, ya que durante el juego el maestro o la

maestra no siempre puede controlar si todos pronuncian correctamente el sonido. Las acciones relacionadas con la repetición del sonido deben darse a aquellos infantes que presenten dificultades, ya que así se les da la posibilidad de que se ejerciten en la pronunciación de uno u otro sonido.

En los juegos que se utilizan para el desarrollo intelectual los educadores pueden utilizar un juguete (muñeca, títere, etc.) para que dirija la actividad. Esto hace que aumente el interés del niño y la niña. El contenido de los juegos se selecciona teniendo en cuenta que ellos poseen determinados conocimientos sobre los objetos y fenómenos del mundo circundante, por lo que se hace necesario que antes del juego se examinen los objetos que se utilizarán en el mismo. Las acciones lúdicas de muchos juegos didácticos exigen que los niños hagan una descripción del objeto de acuerdo con sus rasgos fundamentales. Además, en sus juegos van a aplicar lo que conocen acerca de las semejanzas y diferencias entre los objetos. Cuando el docente se percate de que durante la actividad no se observan las reglas del juego o no se realizan las acciones lúdicas indicadas, debe detener el juego y volver a explicar cómo jugar (García, 2006).

¿QUE ES EL EJERCICIO?

¿CÓMO TRABAJAR EN EQUIPO?

¿Cuáles SON LOS BENEFICIOS DE TRABAJAR EN EQUIPO?

¿PARA QUE TRABAJAR EN EQUIPO?

¿CUANDO TRABAJAR EN EQUIPO?

Es la activación del cuerpo a través de las señales que imparte nuestro cerebro para que genere movimiento.

“A través del movimiento experimentamos nuestros grandes potenciales para aprender, pensar y crear; en nosotros se encuentran todos los recursos esperando a ser activados. El infinito potencial cuerpo/mente se libera a través del movimiento, pues la asombrosa plasticidad neuronal solo necesita del movimiento para activar ese potencial que puede transformar por completo nuestra vida, es la característica principal de nuestro sistema nervioso, la que nos proporciona la habilidad de aprender ”(Luz María Ibarra, 1997.p.14).

Una de las condiciones de trabajo de tipo psicológico que más influye en los trabajadores de forma positiva es aquella que permite que haya compañerismo y trabajo en equipo en la empresa donde preste sus servicios, porque en el trabajo en equipo puede dar muy buenos resultados, ya que normalmente genera el entusiasmo para que el resultados; ya que normalmente genera el entusiasmo para que el resultado sea satisfactorio en las tareas encomendadas.

Las empresas que fomenten entre los trabajadores un ambiente de armonía obtienen resultados beneficios. La empresa en efectividad y los trabajadores en sus relaciones sociales. El compañerismo se logra cuando hay trabajo y amistad.

En los equipos de trabajo, se elaboran unas reglas, que se deban respetar por todos los miembros del grupo. Estas reglas proporcionan a cada individuo una base para predecir el comportamiento de los demás y preparar una respuesta apropiada. Incluyen los procedimientos empleados para interactuar con los demás. La función de las normas en un grupo es regular su situación comunidad organizada, así como las funciones de los miembros individuales.

La fuerza que integra el grupo y su cohesión se expresa en la solidaridad y en el sentido de pertenencia al grupo que manifiestan sus componentes. Cuanto más cohesión existe, más probable es que el grupo comparta valores, actitudes y normas de conducta comunes.

El trabajar en equipo resulta provechoso no solo para una persona si no para todo el equipo involucrado. No nos traerá más satisfacción y nos hará más sociables, también nos enseñara a respetar las ideas de los demás y ayudar a los compañeros si es que necesita nuestra ayuda.

VENTAJAS DEL TRABAJO EN EQUIPO

Para los individuos en la sociedad;

- Se trabaja con menos tensión al compartir los trabajos más duros y difíciles.
- Se comparte la responsabilidad a buscar soluciones desde diferentes puntos de vista
- Se comparten los incentivos económicos y reconocimientos profesionales.
- Puede influirse mejor en los demás ante las soluciones individuales que cada individuo tenga.
- Se experimenta de forma más positiva la situación de un trabajo bien hecho.
- Las decisiones que se toman con la participación de todo el equipo tienen mayor aceptación que las decisiones tomadas por un solo individuo.
- Se dispone de más información que cualquiera de sus miembros en forma separada.
- El trabajo en grupo permite distintos puntos de vista a la hora de tomar una decisión. Esto enriquece el trabajo y minimiza las frustraciones.
- Podemos intercambiar opiniones respetando las ideas de los demás
- Logra una mayor integración entre las personas para poder conocer las aptitudes de los integrantes.

PARA LAS EMPRESA Y ORGANIZACIONES

- Aumenta la calidad de trabajo al tomarse las decisiones por consenso.
- Se fortalece el espíritu colectivista y el compromiso con la organización
- Se reducen los tiempos en la investigación al aportar y discutir en grupo las soluciones.
- Disminuyen los gastos institucionales.
- Existe un mayor conocimiento e información.
- Surgen nuevas formas de abordar un problema
- Se comprenden mejor las decisiones.
- Son más diversos los puntos de vista.
- Hay una mayor aceptación de soluciones.

DESVENTAJAS DE LA SOLUCIÓN DE PROBLEMAS EN EQUIPO

Se reprocha a veces el trabajo en equipo el presentar una serie de desventajas que habría que tener en consideración: Entre ellas, puede referirse las siguientes:

- Tomar las decisiones de forma prematura.
- Que impere el dominio de pocas personas, en particular de un líder.
- Consumir mucho tiempo en reuniones discutiendo soluciones y acciones, retrasando su puesta en marcha.
- Que existan presiones sobre miembros del equipo para aceptar soluciones.
- Responsabilidad ambigua por qué queda diluida en el grupo.

Sin embargo estos defectos que son frecuentes en los grupos desaparecen en los equipos cuando llegan al nivel de madurez.

Para formar en un equipo de trabajo es necesario considerar no sólo las capacidades intelectuales de sus posibles miembros sino también sus características socio-psicológicas y de personalidad de cada componente. Ciertos equipos se forman para realizar tareas concretas, otros para asesorar y otros para gestionar.

Una participación disfuncional en el equipo indica que algo marcha mal. Es entonces necesario un diagnóstico más profundo de la organización y sus conflictos. Algunos ejemplos de participación disfuncional son:

La agresividad, bajo formas directas como la ironía, el desprecio, el acoso laboral, la hostilidad y la indiferencia.

El bloqueo desde actitudes negativas, la resistencia, la negación continua, el desacuerdo constante, la oposición a la lógica, la falta de cooperación, la obstrucción para impedir la feliz.

En el trabajo en equipo y en el fomento del compañerismo es importante la función que realizan los líderes. Ellos trabajan para que exista acuerdo sobre los objetivos y que estos sean claros, así como todos se sientan comprometidos e implicados con las tareas.

PROYECCIÓN EDUCATIVA

Todos los alumnos de un centro educativo observan que las relaciones de los demás compañeros en el aula afecta en la medida en que se vean reflejados en los demás. En principio esta reacción natural puede ocasionar un estímulo, positivo o negativo, no deseado dentro del aula y a la hora de la elección voluntaria dentro de un grupo de clase.

Para el trabajo en equipo este hecho de la retroalimentación del alumno es fundamental para la elección del grupo. Por eso el modelador o profesor es la persona indicada para la asignación de los alumnos dentro de cada grupo.

Los dos objetivos que se pretenden con el trabajo en grupo son la productividad y el comportamiento. El éxito o el fracaso del grupo no dependerán ya de factores externos sino del grupo en cuestión.

¿QUÉ ES GIMNASIA CEREBRAL?

¿PARA QUÉ SIRVE LA GIMNASIA CEREBRAL?

¿QUÉ BENEFICIOS OFRECE AL ORGANISMO?

¿CÓMO APLICAR LA GIMNASIA CEREBRAL?

¿CUÁNDO APLICAR LA GIMNASIA CEREBRAL EN NUESTROS ALUMNOS?

“La gimnasia cerebral para el cerebro es un programa orientado al aprendizaje, utilizado en las escuelas, hogares y empresas en más de 80 países alrededor del mundo. Está basado en las investigaciones realizadas, por el doctor Paul Dennison y su esposa Gail Dennison, y se practica con una serie de movimientos” (Dennison, 2003,p.55).

Con la gimnasia cerebral logramos que:

- ✓ Que nuestros alumnos puedan desempeñarse eficazmente tanto en la escuela como en su vida cotidiana con la ayuda de gimnasia cerebral.
- ✓ Puedan conocer las ventajas que les brinda el realizar ejercicios cerebrales ya que muchas veces no le ponemos atención a esa masa gris llamada cerebro.
- ✓ Despertar, fortalecer y desarrollar las habilidades cognitivas de los alumnos.
- ✓ Lograr las condiciones necesarias para acelerar el aprendizaje de manera eficaz.
- ✓ Que el alumno cosca que el movimiento es parte esencial del aprendizaje.

De tal manera la gimnasia cerebral sirve para obtener buenos resultados en el ámbito laboral, escolar y personal, dejando el estrés en el que nos vemos inmersos, así mismo es una manera de relajar y predisponer los hemisferios.

Es vital proteger, restablecer y fortalecer las funciones de nuestro sistema nervioso. El organismo es todo aquello que nos hace sentir, respirar, oler, tocar y percibir, es por ello que es de suma importancia protegerlo de todas las enfermedades que nos aquejan, de mantenerlo sano, fuerte. El ejercicio aparte de que es un buen elemento de ayuda para nuestro cerebro también fortalece los huesos, músculos, el corazón y los pulmones.

Algo importante para nuestro cerebro es la oxigenación ya que sin esta habría un desorden cerebral, algunos ejercicios la incrementan, la favorecen revitalizan y dan energía al cerebro.

Con la ayuda de los ejercicios lograremos que nuestro organismo pueda y se prepare para el aprendizaje; relajando todo nuestro ser, ayudándolo a la concentración y al equilibrio.

Los ejercicios producen una sustancia llamada endorfina la cual es la responsable de animar nuestro ser, es por eso que se recomienda gimnasia cerebral para la relajación del cerebro.

La gimnasia cerebral se aplica mediante diversos ejercicios como son:

- El gateo cruzado
- Ochos acostados
- Ejercicio de atención 1: A,B,C
- La aceleración y el control respiratorio, etc.

Con este tipo de ejercicios de gimnasia cerebral no tan solo ponemos a trabajar y a ejercitar nuestro cerebro, si no también algunas funciones de nuestro organismo.

La gimnasia cerebral se debe aplicar cuando los docentes vemos a nuestros alumnos cansados, estresados, cuando están distraídos, con ritmo lento de aprendizaje, etc.

Implementar estas actividades para el aprendizaje en las escuelas es de mucha utilidad, porque utilizando gimnasia cerebral lograremos que los alumnos con bajo aprovechamiento académico consigan activar y desenvolverse sanamente, además, de que en el caso de los alumnos distraídos e inquietos les dará la tranquilidad necesaria para que estos se involucren en el aula, obteniendo con ello que se trabaje mejor.

Las habilidades como la escritura, la lectura, la resolución de problemas, comprensión lectora, hablar ante el público, realizar exámenes con buenos resultados, ser creativo, tener una memoria eficiente, pueden ser rento resultado de la gimnasia cerebral.

El docente debe de tener el conocimiento de la estructura cerebral y debe saber cuáles son las habilidades que conforman a cada uno de nuestros hemisferios cerebrales, ya que esto es una manear más fácil de detectar y atacar los problemas que nuestros alumnos presentan y poder brindarles las herramientas necesarias para mejorar en la adquisición y el desarrollo del proceso enseñanza-aprendizaje.

Nuestro cerebro está dividido en dos partes llamados hemisferios; estos se dividen en derecho e izquierdo; los cuales desempeñan una labor muy importante, cada uno de ellos tienen distintas funciones.

Funciones del hemisferio cerebral izquierdo:

- ❖ Habilidad numérica
- ❖ Lenguaje escrito
- ❖ Razonamiento
- ❖ Lenguaje hablado
- ❖ Control de la mano derecha

Funciones del hemisferio derecho:

- ❖ Perspicacia
- ❖ Percepción tridimensional
- ❖ Sentido artístico
- ❖ Imaginación
- ❖ Sentido musical
- ❖ Control de la mano izquierda

Gracias a la mente podemos dar Fluidez y destacar las emociones.

“La gimnasia cerebral permite un aprendizaje integrado, usando todo el cerebro en conjunción con el cuerpo y descartando la antigua idea de que aquel solo se realiza con la cabeza; en efecto ahora sabemos que las sensaciones, los movimientos, las emociones y las funciones primordiales del cerebro están fundadas en el cuerpo (Ibarra, 1997.p11.)”

¿POR QUÉ DEBERÍAMOS IMPLEMENTAR LA GIMNASIA CEREBRAL EN LAS ESCUELAS?

Porque nos ayuda a predisponer el cerebro de nuestros alumnos a recibir el aprendizaje.

Además de que en ocasiones existen problemas con los alumnos que tienen problemas motrices, de habilidad lectora, matemática, etc. Y al detectarlos nos permite canalizarlos, ayudarles con diferentes formas de trabajo y a su vez hacer un reporte del diagnóstico y con esto se llevara un seguimiento el cual permitirá evaluarle de acuerdo a su problema y apoyarle a su desarrollo es por ello que debe existir buena comunicación tanto con papas, directivos y maestros.

La falta de comunicación en las escuelas y centros de trabajo.

Hablar de equipos de trabajo en los centros de trabajo o en las escuelas es algo difícil de mencionar ya que muchas de las personas prefieren realizar sus actividades de manera individual sin tener que tener ningún tipo de conflicto con sus compañeros es por eso que a continuación se hará mención sobre los conflictos de una escuela que como es lógico debe existir una buena comunicación para que exista éxito en el trabajo.

Comenzare haciendo referencia a la persona que se sabe es la cabeza del equipo de trabajo que es la supervisora de la cual se deben acatar sus órdenes como también realizar las actividades que muchas veces ella impone; ese es uno de los grandes problemas que el jefe de un equipo imponga lo que quiere sin antes pedir a sus compañeros algunas opiniones y así se puedan hacer las cosas de la mejor manera Como lo menciona *Si éste es una persona accesible, con una política de puertas abiertas, que comparte con sus colaboradores la información que recibe, que fomenta el diálogo y el debate dentro del grupo, está señalando a sus colaboradores que actitud debe imperar en el equipo)* este es uno de los puntos que la supervisora de este equipo le hace falta ella ya que cuenta con una persona que la aconseja ya que se nota que muchas veces no toma las decisiones ella sola siempre busca la manera en que la persona que está a su lado influya en sus decisiones y es donde se ve cuando chocan y las personas que somos sus docentes nos

damos cuenta que sus decisiones no son propias aunque muchas veces no esté de acuerdo; es por esto que se muestra inaccesible muchas de las veces no le gusta ver crecer a las demás personas las hace menos y les pone muchos obstáculos para que no puedan realizar sus objetivos de superación profesional.

Un aspecto muy importante como también puede considerarse un pretexto son las reuniones que a las cuales se nos convocan para tratar asuntos de trabajo como también tener una convivencia con los demás compañeros de los cuales en este equipo no se llevan a cabo ya que existe mucha rivalidad entre los mismos docentes se siente un ambiente demasiado pesado donde todas las docentes muestran demasiada envidia sobre otras compañeras, este es uno de los aspectos de los cuales la supervisora debe tener la actitud para que en sus docentes también exista un ambiente positivo por ello es necesario que la comunicación debe existir en todas las direcciones que a continuación se mencionaran:

El trabajo en equipo exige ante todo coordinación y esto sólo se logra con una comunicación fluida entre sus miembros.

La comunicación debe darse en todas las direcciones:

De arriba hacia abajo (es decir, del jefe hacia sus colaboradores).

De abajo hacia arriba (de los colaboradores hacia el jefe).

Horizontalmente (directamente entre los colaboradores).

Si no fluyen estas direcciones nunca podrá existir una buena comunicación entre los equipos de trabajo en esta supervisión todas estas direcciones chocan ya que muchas veces el jefe y los docentes siempre chocan pero sobre todo se puede notar entre los mismos docentes los cuales en un ejemplo muy

sencillo es necesario mandarse alguna información pero entre la cadena para mandar la información algunos de ellos chocan o simplemente no se llevan todo se corta y este será o es otro fracaso en trabajo d equipo. Nosotros como docentes debemos siempre respetar la manera de ser de otras personas es lógico que nunca la podremos cambiar pero si de solucionar las diferencias y quedar a gusto las dos partes.

El involucrarse en la manera de cómo se realizan los planes de trabajo como también todo lo que se busca para que el equipo de trabajo se realice de la mejor manera es algo difícil que los jefes de equipos de trabajo acepten pues muchos de ellos realizan actividades para afectar a los demás solamente por la envidia que sienten por sus colaboradores; las opiniones de las personas que integran un equipo son muy valiosos como las del jefe propio. Ninguna de las personas puede ganarse méritos a costa de otros ya que muchas de las veces los jefes de trabajo suelen adoptarse ideas y metas que en su momento todo el equipo de trabajo estuvo involucrado; muchas personas que están representando un equipo en la mayoría de las escuelas suelen levantarse el cuello sabiendo que los docentes también forman parte de ello, es por eso que muchas veces los colaboradores ya no le echan ganas cuando su jefe les pide opiniones para realizar un trabajo pues notan que todos los beneficios que existen solo son para su jefe y para ellos no existe ni un gracias; la motivación es uno de los aspectos que los jefes o encargados de un equipo deben tener para que exista comunicación e interés de los colaboradores como menciona Galeazzi, Nadia (La comunicación en el equipo de trabajo es una de las herramientas básicas del éxito de las actividades a desarrollarse. Esta debe ser clara, precisa y en el momento adecuado. Así podemos evitar confusiones y malos entendidos. Una de las principales causas de fracaso en los equipos de trabajo es la falta de comunicación. La falta de comunicación trae como consecuencia: que los integrantes del equipo no se sientan a gusto, que cada uno asuma supuestos diferentes, que las fechas, por ejemplo, de trabajos no

se cumplan. La comunicación en el equipo también es responsabilidad del Jefe del equipo o Coordinador del equipo. Es el que debe mantener cohesionado al grupo. El coordinador o Jefe del equipo debe ser una persona accesible, que fomente el diálogo y el debate entre el grupo y la cordialidad entre ellos.

Como ya hice mención anteriormente los conflictos entre colaboradores es muy común pues como siempre nosotros siempre queremos que nuestras ideas sean las que se apliquen sin importar las de los demás como hace referencia Galeazzi, Nadia (En el trabajo en equipo, como en cualquier trabajo, pueden surgir conflictos que pongan a prueba al equipo. Al inicio suele haber una etapa de ilusión, de novedad, pero a medida que el trabajo va avanzando la realidad se va imponiendo, a veces con toda su crudeza. Mientras las cosas van bien es fácil que el equipo se muestre unido, cohesionado, que haya un buen ambiente de trabajo. Cuando los conflictos surgen se pone en peligro la comunicación y de esta manera el futuro del equipo de trabajo. Muchos equipos crecen ante los obstáculos y dan lo mejor de sí

Algunas de las causas por las que se pueden generar conflictos son: la diferencia de carácter entre los miembros, la tensión que genera el trabajo, por ejemplo por la complejidad del mismo o por más tiempos de entrega, entre otros. Hay que evitar que se produzcan enfrentamientos, ya que se puede resentir el rendimiento del equipo y no se puede coordinar ni avanzar en el proyecto. Los conflictos tienen un lado positivo y es que a veces consiguen aunar más al equipo, todo va a depender de cómo se afronten. Un equipo que está enfrentado, es un equipo que está destinado al fracaso.

Todos estos aspectos que menciona la autora son realmente factores fuertes por los cuales existen tantos fracasos en centros de trabajo que necesitan trabajar en equipo, cuando existen este tipo de percances entre compañeros puede llegar a pasar algo más grave ya que muchas de las personas no medidas lo que podemos provocar cuando queremos dañar a otra persona en

nuestro trabajo sabiendo que nosotros también estaremos involucrados en tal conflicto.

En el trabajo todos somos parte de un equipo es por esto que todos tenemos responsabilidades las cuales debemos cumplir es muy común que en una escuela cuando se realiza alguna actividad se le asignan comisiones a los integrantes del equipo para que así cada quien se responsabilice de lo que se le pide que realice, pero muchas veces cuando una persona del equipo no cumple con su comisión de la mejor manera hace que la actividad que se va a realizar no sea satisfactoria que como hace referencia *Sylvia Villarreal de Lozano* (Responsabilidad y trabajo en equipo: En el trabajo todos somos parte de un equipo y tenemos responsabilidades y compromisos que cumplir.

Además, siempre de alguna forma u otra nuestras obligaciones están enlazadas con las de los demás, y si fallamos en el cumplimiento, lo único que logramos es retrasar el trabajo.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

Gail E. Dennison, Paul E. Dennison, Aprende mejor con gimnasia para el cerebro, México, paxmexico,2003.

Ibarra Luz María, Aprender mejor con gimnasia cerebral, México Garnik,1997.

www.gimnasia_cerebral.com

Beltran Virgilio, Ciencias Naturales, Trillas, México.1975.

Sanuy, C. (1998) *Enseñar a jugar*. España: Marsiega.

Sierra, D. y Guédez, C. (2006) Colección materiales educativos. *Juego y aprendo a calcular*. Caracas: Fe y Alegría.

García, A. (2007) El juego. La clasificación de los juegos. Otros tipos de juegos comunes en la primera infancia. Disponible en:

<http://www.waece.org/enciclopedia/resultado2.php?id=10110>

Andrés, M. y García M. (s/f) Actividades lúdicas en la enseñanza de LFE: el juego didáctico. Disponible en:

http://cvc.cervantes.es/obref/ciefe/pdf/01/cvc_ciefe_01_0016.pdf