



ESCUELA NORMAL DE SANTIAGO TIANGUISTENCO



INFORME DE PRÁCTICAS PROFESIONALES TÉCNICA DE MOTIVACIÓN EN EL APRENDIZAJE DE ESTUDIANTES DE SECUNDARIA

QUE PARA OBTENER EL TÍTULO DE
LICENCIADO EN ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE DE LA FORMACIÓN ÉTICA Y CIUDADANA EN
EDUCACIÓN SECUNDARIA

PRESENTA

FERNANDO NICOLÁS MORALES CORTÉS

ASESORA

MTRA. SANDRA EDITH MARTÍNEZ NAVARRETE

SANTIAGO TIANGUISTENCO

JULIO 2023

ÍNDICE

Pág.

Introducción -----	1
1. Plan de acción	
1.1.La intención-----	4
1.2.La planificación -----	7
1.3.La acción -----	10
1.4.Estrategia metodológica-----	12
1.5.La observación y evaluación-----	14
2. Análisis de técnicas aplicadas-----	16
Conclusiones y recomendaciones -----	25
Referencias -----	26
Anexos -----	27

INTRODUCCIÓN

La problemática percibida, dentro de la escuela de práctica, fue en las jornadas de observación y ayudantía en la escuela secundaria técnica industrial y comercial “Julián Díaz Arias” ubicada en el municipio de Chapultepec, donde los estudiantes muestran desinterés en las clases de Formación Cívica y Ética en el tercer grado grupo “D” con un total de 43 alumnos.

Este problema es muy notorio porque al impartir las clases de esta materia los alumnos manifiestan aburrimiento por las sesiones ya que no hay de cierta manera técnicas que se realicen para generar motivación y fomentar el entusiasmo por querer aprender, lo que se pretende es tener una percepción clara de cómo influye en el aprendizaje del alumno, se llevarán a cabo pausas activas para evitar desinterés en los estudiantes de secundaria.

Según Castro, y Otros (2011) afirman que es deseable el realizar pausas adecuadas preferiblemente flexibles que produzcan cambio de posición y mejoramiento en el proceso de grupos musculares afectados por la actividad, así mismo, la norma COVENIN (1998) indica que tan solo 15 minutos por cada dos horas continua de trabajo, proviene la fatiga muscular, por lo cual mitiga varios factores para la aparición de lesiones músculos esqueléticos, aumentando la productividad, permitiendo mejorar la capacidad de concentración, modificando el nivel energético del individuo, ya que la respiración es fundamental y desarrolla los hábitos de una vida saludable.

Dentro de las prácticas, las competencias que se desarrollaron son: “Genera ambientes formativos para propiciar la autonomía y promover el desarrollo de las competencias en los alumnos de educación básica” y “propiciar y regular espacios de aprendizaje incluyentes para todos los alumnos, con el fin de promover la convivencia, el respeto y la aceptación”, estas se logran cumplir llevando a cabo técnicas en las sesiones dentro del aula para verificar, analizar y evaluar con la finalidad de saber cuál es la que ha tenido mejores resultados.

El escrito está estructurado primero en lo que es la intención donde se describe cual es la finalidad del trabajo, cuáles son los compromisos, como sería la interacción con los alumnos, cuáles son los posibles obstáculos, las competencias que se desarrollaron y los propósitos tanto general como particular, en la planificación se refleja una pequeña descripción de lo que se vio durante las jornadas de observación y ayudantía, como también la problemática detectada, el tipo de diagnóstico que se implementó con su respectivo análisis, en la acción se reflejan las técnicas que se llevarían a cabo para la solución ante la situación que se visualizó con su respectiva descripción, se plasma la estrategia metodológica que se llevó a cabo, la explicación de cómo se evaluaría utilizando herramientas para la obtención de resultados, finalmente se expondrá el análisis de las técnicas, las cuales se llevaron a cabo y ver si se tuvo éxito en lo que se aplicó para terminar con una reflexión, conclusión y los anexos donde se recaban evidencias de lo que se llevo a cabo.

1. PLAN DE ACCIÓN

1.1. INTENCIÓN

La finalidad del trabajo es lograr tener una percepción clara de cómo influyen las técnicas de aprendizaje para generar motivación en el alumno, tomando en cuenta varios factores que lo rodea para la adquisición de su conocimiento, esta problemática ayuda a buscar una solución por medio de la intervención en las prácticas de conducción dentro de la escuela asignada, llevando a cabo la investigación- acción, mostrando que se pueden aplicar para que las clases no sean aburridas y hacerlas más atractivas de acuerdo a los intereses de los estudiantes, teniendo en claro de que las generaciones cambian al igual que los gustos, hay que tomar en cuenta que constantemente se debe de estar actualizado para que haya una interacción accesible con los adolescentes y saber cómo dar cada sesión.

Ayudará a saber cómo se pueden dar las clases sin necesidad de tomar procedimientos tradicionalistas tales como amenazas con la calificación, advertencias, entre otros, básicamente no enfocarse más en la disciplina. Al realizar el proyecto se analizará qué dinámicas son más factibles para poder llevar a cabo a futuro estando en servicio, sin dejar a un lado que el maestro es un factor que influye en la motivación del alumno para su aprendizaje, entonces se tendrían que realizar actividades que generen interés y atracción en los estudiantes y así poder realizar los trabajos que se lleguen a solicitar.

El proyecto fortalecerá las competencias a trabajar, para el cumplimiento del perfil de egreso, mejorando la práctica en cada sesión, ya que constantemente se está aprendiendo algo nuevo, lo cual reforzará la manera en cómo dar las sesiones de forma motivadora para los estudiantes de secundaria evitando desinterés alguno por las clases.

El compromiso que se asume es entregar evidencia de las actividades, productos y anotaciones que se fueron realizando en el transcurso de la intervención, realizando notas de las cuales se puedan apoyar para la realización del mismo, teniendo como responsabilidad que el trabajo mejora la práctica, de no ser así cambiar de técnica para la recolección de datos e información y actualizarla.

Se asume tener compromiso ético, es decir, ser consciente de las prácticas llevadas a cabo, teniendo valores al momento de realizar las actividades, y al dirigirse con respeto a los alumnos, así como hechos que requieran recabar información, realizar encuestas, diagnóstico, etc., en toda actividad educadora para la realización del trabajo, así como

también formativo para la actualización de estas y se implementarán técnicas nuevas para la motivación donde el estudiante tenga esa voluntad por aprender dentro de su proceso de enseñanza y aprendizaje (Piaget. J, 1969), ser colaborativo donde se presente un caso que tenga relación al tema, con la finalidad de retroalimentar para el proyecto.

Al tener intervención e interacción con los alumnos dentro de las clases se tendrá trato con respeto, comunicación factible, llevando a cabo una relación buena con los estudiantes, al igual que planificar las sesiones de manera en que sean llamativas para ellos, acoplarse de acuerdo con las necesidades y posibilidades que tienen los adolescentes.

El deber que se tiene dentro del aula para la realización del trabajo, es en generar ambientes formativos en el salón de clases con la finalidad de propiciar autonomía y desarrollar en los estudiantes las competencias para el logro del perfil de egreso en los alumnos de secundaria, de igual manera, el propiciar y regular espacios de aprendizaje incluyentes para todos los estudiantes, evitando cualquier acto de exclusión con el fin de promover la convivencia, el respeto y la aceptación dentro del aula.

El obstáculo que se llegue a presentar para la elaboración del trabajo en el salón de clase sería no tener disposición de los alumnos para la realización de actividades lo cual resultaría en cambiar las actividades y diseñar o aplicar otras, afectando el avance del proyecto y la obtención de resultados, entonces se tomaría en cuenta en tener ya las dinámicas más viables y llamativas para ellos y no tener algún contratiempo con eso.

Enfrentando la dificultad que se llegue a tener, se evitará cualquier acto que influya la negatividad del alumno para que no realice el trabajo, ayudándolo y motivando para que pueda hacer el producto, generando confianza en él para sus actividades no solo de la materia sino de las demás.

El conflicto que se puede llegar a presentar sería el no tener apoyo por parte de los directivos y la maestra titular del material de Formación Cívica y Ética al no poder aplicar las técnicas, dinámicas y actividades para los alumnos, atrasando la elaboración del proyecto.

Es importante saber que llevar a cabo cada una de las técnicas se fortalecerán las siguientes competencias profesionales y genéricas:

- “Aprende de manera autónoma y muestra iniciativa para autorregularse y fortalecer su desarrollo personal.”
- “Emplea los estilos de aprendizaje y las características de sus estudiantes para generar un clima de participación e inclusión.”. (SEP, plan 2018.)

El propósito general es lograr captar la atención de los alumnos en las clases de formación cívica y ética, ya que se pueden llegar a ver contenidos un tanto tediosos para los alumnos, teniendo en claro que a esa edad no les interesa como tal el mundo social ni ver la realidad, entonces lo que se pretende, es aumentar el entusiasmo a través de pausas activas para conseguir la atención de ellos y que realicen los trabajos, pero tomando en cuenta de que el maestro estando frente al grupo, es quien debe de generar también esa motivación para los adolescentes.

El propósito particular es generar motivación en el alumno para la elaboración de los productos, llevando a cabo una actitud positiva al momento de dar las sesiones, al inicio, desarrollo y cierre, de igual manera fortalecer las competencias, así como también la convivencia dentro del aula.

1.2. PLANIFICACIÓN

Las primeras prácticas de observación y ayudantía se llevaron a cabo del 19 de agosto al 23 de septiembre del 2023 siendo fructíferas para nuestra formación docente. Se llevaron a cabo, actividades dentro de la institución con los directivos y con la maestra titular responsable de la materia de formación cívica y ética dentro del salón de clases, estas semanas fueron de mucha ayuda para llevar a cabo la observación dentro del aula y saber de qué modo se podría interactuar con los estudiantes para que realicen los trabajos solicitados en las jornadas de conducción.

Los grupos que se observaron fueron 3, dos de ellos trabajaban de buena manera, pero uno en específico, el tercer grado grupo “D”, fue donde se vio reflejado cierto desinterés y aburrimiento al momento que la maestra titular expuso el tema, fueron varios días que se estuvo observando al grupo, entonces se notaban situaciones en las que los alumnos no tenían esa motivación por querer realizar las actividades y participar. Se tuvo la oportunidad de ver otras clases en las que los resultados eran un tanto diferentes porque trabajan activamente y concluían el producto que solicitaba cualquier maestro de otra asignatura, ciertamente había estudiantes que no los realizaban, pero en su mayoría lo finalizaban.

Realizando una comparación, análisis y cierta reflexión durante la observación, se detectó que el problema no es que la maestra no lleve actividades de calidad, sino que a los alumnos en su mayoría no les interesa la asignatura, los estudiantes de secundaria, no tienen motivación para realizar los trabajos, mucho menos ponen atención en las clases. Teniendo presente dicha situación y ver que con las demás materias participan de manera eficaz, afectaría en ellos en el cumplimiento de las competencias del perfil de egreso, sobre todo en su aprendizaje.

El grupo está conformado de 42 estudiantes. Poco más de la mitad de ellos no tienen ese entusiasmo por aprender en la materia, las condiciones generales del aula son accesibles para llevar a cabo su aprendizaje, se carece de materiales tecnológicos los cuales en este siglo ya es una necesidad tener un proyector las presentaciones electrónicas y llevar a cabo una clase un poco innovadora.

Para poder saber qué es lo que estaba pasando con los alumnos de ese grupo y teniendo como información la observación llevada a cabo, se realizó un análisis FODA (Anexo 1) para averiguar qué es lo que está haciendo falta en los estudiantes para que muestren interés por las sesiones y por la materia, saber si es por las actividades, la falta de recursos tecnológicos u otro factor que no motive a los adolescentes en la participación, pero sobre todo saber si se logra la adquisición de conocimientos.

Iniciando primero con lo que son las fortalezas dentro del salón de clases en los alumnos, es que tienen apoyo por parte de sus papás, debido a que llevan materiales cuando se les solicita para un trabajo y si se presenta alguna situación ellos asisten con puntualidad para tratar asuntos referentes a sus hijos. Llevan a cabo una convivencia entre ellos de manera pacífica teniendo en cuenta que su forma de interactuar es un poco pesada pero no con intenciones de dañar la integridad o dignidad de la otra persona, pero sobre todo no existe exclusividad en cuestión de trabajar en equipos para la entrega de productos solicitados.

En las oportunidades se detectó de que son muy atentos cuando se les llevan actividades llamativas que sirvan como un distractor o las cuales les generan interés de acuerdo a sus necesidades. Son muy empáticos cuando se les habla de forma clara y entendible, a manera de que ellos reflexionen de acuerdo a la situación, son muy creativos en cuestión de dibujo, son muy activos ya que están todo el tiempo de pie que en realidad eso se puede utilizar también como fortaleza para aprovechar la energía que tienen y generar actividades, pero al mismo tiempo es una debilidad y amenaza.

Las debilidades que se detectaron al llevar a cabo la observación es la mencionada anteriormente, el hecho de que están siempre parados, ya que si no se puede tener un manejo o control de grupo no acatarán a las indicaciones dadas, tienen cierto desinterés en realizar actividades que no son de su agrado, cuando es algo que no les gusta no ponen atención y eso se vio reflejado en las clases de formación cívica y ética, por último pero que no tiene que ver con el alumno, sino con el docente titular es de que se enfoca por la disciplina siendo un poco tradicionalista, donde no crea motivación en ellos generando aburrimiento en las sesiones para los estudiantes, puede llevar buenas actividades pero al parecer no salen los resultados esperados.

Por último, las amenazas que se podrían presentar son que exista cierto conflicto entre los alumnos y con la maestra al no trabajar de manera eficiente. Otra amenaza que también cuenta como debilidad es la falta de recursos tecnológicos ya que a ellos nacieron en una era digital que les genera cierta atracción por la tecnología, pero en este espacio no cuentan con esas herramientas.

Teniendo ya un análisis respecto al FODA se percataron varias situaciones que influyen al desinterés y desmotivación de los estudiantes en la materia de Formación Cívica y Ética, siendo varios pero solo se enfocara en dos, los cuales son: Las actividades, ya que son un tanto extensas pero realmente son buenas, sin embargo, a ellos no les causa interés en querer realizar el trabajo, y la segunda es la actitud del docente ya que el maestro es un factor importante para la adquisición de conocimientos, la manera en dar la sesión, el no enfocarse solo en la disciplina del alumno, el no motivar a los adolescentes al realizar el trabajo.

Al percatarse de las causas del problema se generaron posibles soluciones que se pueden llevar a cabo para mejorar la situación y son: Aplicar técnicas o actividades de acuerdo a los intereses y necesidades de los estudiantes, en este aspecto puede entrar el uso de las TICS, sin embargo, debido a la falta de recursos tecnológicos no se puede llevar mucho a cabo, se utilizaría el celular pero es un distractor en su formación dentro de las sesiones y la segunda es en la actitud del docente ya que es pieza fundamental para el logro de conocimientos del estudiante, pero sobre todo para generar motivación para querer aprender respecto a la materia, dejar a un lado lo tradicional donde se enfocaba en la formación disciplinar y no en el aprendizaje.

El problema afecta a ambos, estudiantes y maestros, ya que si los alumnos no muestran interés por las sesiones y compromiso para entregar las actividades afecta su calificación, el aprendizaje y con el cumplimiento del perfil de egreso del nivel, en el maestro en su formación constante ya que si no cambia ciertas técnicas para impartir clase y dejar trabajo, se quedará estancado y no saldrá de la zona de confort.

1.3. ACCIÓN

De acuerdo con el problema detectado se aplicaron pausas activas para generar entusiasmo en el alumno, con la finalidad de cautivar a los estudiantes en las clases y participen dentro de estas, tomando en cuenta que se acoplarán a las necesidades e intereses de los adolescentes ya que se tienen que lograr tener la atención y motivación por las sesiones que se lleguen a impartir, donde se tenga un aprendizaje mutuo y ganas de participar en el salón de clases.

La primera a realizar son las pausas activas, con esto no quiere decir que se tienen que poner juegos para desviarse del tema sino que ver en qué momentos se reflejan ciertas tensiones o aburrimiento para interrumpir las sesiones y realizar ejercicios de gimnasia cerebral, es importante que no haya confusión al realizarlo ya que el punto aquí es llevar oxigenación al cerebro para de nuevo tener la atención del alumno, cabe mencionar que estas acciones serán de acuerdo al cual les haya agradado.

Otra a utilizar para generar interés y motivación en los estudiantes del 3° grupo “D” es en impartir sesiones, pero no siempre en el aula, sino en espacios agradables, por ejemplo, a un lado del aula, en las canchas de basquetbol, en los jardines, en el campo de soccer, en un área donde tengan clima y comodidad agradable porque el estar todo el tiempo dentro del salón de clases puede ser estresante.

La tercera sería en realizar clases llamativas, por ejemplo, si se ve un contenido relacionado con emociones, cada estudiante tendría que realizar una máscara donde reflejen las emociones que han tenido en la última semana, o de igual manera, cuando se vea un tema de interculturalidad, venir vestidos de acuerdo al lugar de donde vienen. La finalidad de esto es generar sesiones que motiven a los alumnos a realizar las actividades, porque el hecho de solo dictar o leer, son maneras por las cuales se nota desinterés por la materia, sin embargo, debido a lo que se observó en las primeras semanas de prácticas, no se llevaría a cabo estas técnicas, por un incidente que ocurrió en otros grupos y se cambió para implementar ejercicios de activación muscular, y pausas rítmicas.

Estas serán utilizadas después de dar indicaciones para realizar el trabajo y no tener algún inconveniente, tomando en cuenta que cada técnica servirá para hacer un proceso

cíclico verificando cuales fueron de mayor beneficencia y cuales no, así como también, la mejora de la práctica profesional docente.

Las técnicas a realizar son para generar motivación e interés para que el estudiante adquiriera conocimientos acerca de la materia y tenga intención por adquirir un nuevo aprendizaje, tal como lo comenta Piaget en su concepto de motivación “que exista esa voluntad de aprender, entendido como un interés del niño por absorber y aprender todo lo relacionado con su entorno” (Piaget. J, 1969)

Lo anterior fue detectado debido al diagnóstico que en este caso fue el análisis FODA que se realizó acerca de las clases de Formación Cívica y Ética, donde se percataron varias cuestiones en las cuales se reflejaban resultados negativos respecto a las sesiones, por tal motivo se tomaron mucho en cuenta las pausas activas, cada una se obtendrán evidencias para adjuntarlas y dar análisis a ellas, para verificar que es lo que causa resultados positivos y negativos, que es lo que hace falta por mejorar o que se debería cambiar, pero para poder realizar ese cambio de técnicas se tendrá que evaluar para observar que detalles están faltando o porque no dan resultados de lo que se esperaba.

Como se mencionó, la técnica que se llevará a cabo son las pausas activas, según Castro (2011) aumentan la armonía laboral a través del ejercicio físico de relajación aliviando tensiones por malas posturas, incrementando el rendimiento o desempeño, el realizar estos ejercicios no solo se logrará tener de nuevo atención de los adolescentes, sino en mejorar el interés por las sesiones al momento de tener esos momentos de interrupción en las clases.

1.4. ESTRATEGIA METODOLÓGICA:

La propuesta metodológica que se eligió ayuda a que el proceso de construcción del conocimiento no sea lineal con una secuencia fija, sino más bien un proceso de reorganización continua en el que, al mismo tiempo se pueda profundizar y analizar más las técnicas, donde se construyan mallas de conocimientos cada vez más amplias y complejas.

Primero se optó en llevar a cabo el método propuesto en el libro de aprender investigando “una propuesta metodológica basada en la investigación” de J. Eduardo García y Francisco F. García (1999), donde nos mencionan que para investigar dentro del aula y llevar a cabo la investigación, primero se tiene que partir de problemas donde no es necesariamente realizar una pregunta, sino que puede ser de una situación novedosa, para después contar con unas concepciones, trabajar con nueva información y terminar con la elaboración de conclusiones, pero se seleccionó otra estrategia.

El modelo a utilizar en este proyecto es la del autor Lewin (1946) diciéndonos primero que la investigación acción implica una espiral de ciclos, el proceso básico de actividades consiste en; identificar una idea general, reconocimiento de la situación, efectuar una planificación general, desarrollar la primera fase de la acción, implementarla, evaluar la acción y revisar el plan general y a partir de este ciclo básico, los investigadores adelantan un bucle de la espiral para desarrollar la segunda fase de la acción, implementarla, evaluar el proceso, revisar el plan general, desarrollar la tercera fase de la acción, implementarla, evaluar el proceso, similar a como lo menciona la maestra Esquivel (2010) en su trabajo investigación acción: una metodología del docente para el docente, sus principales fases son: problematización, diagnóstico, diseño de propuestas de cambio, aplicación de propuestas y evaluación, en la cual se va a basar el trabajo.

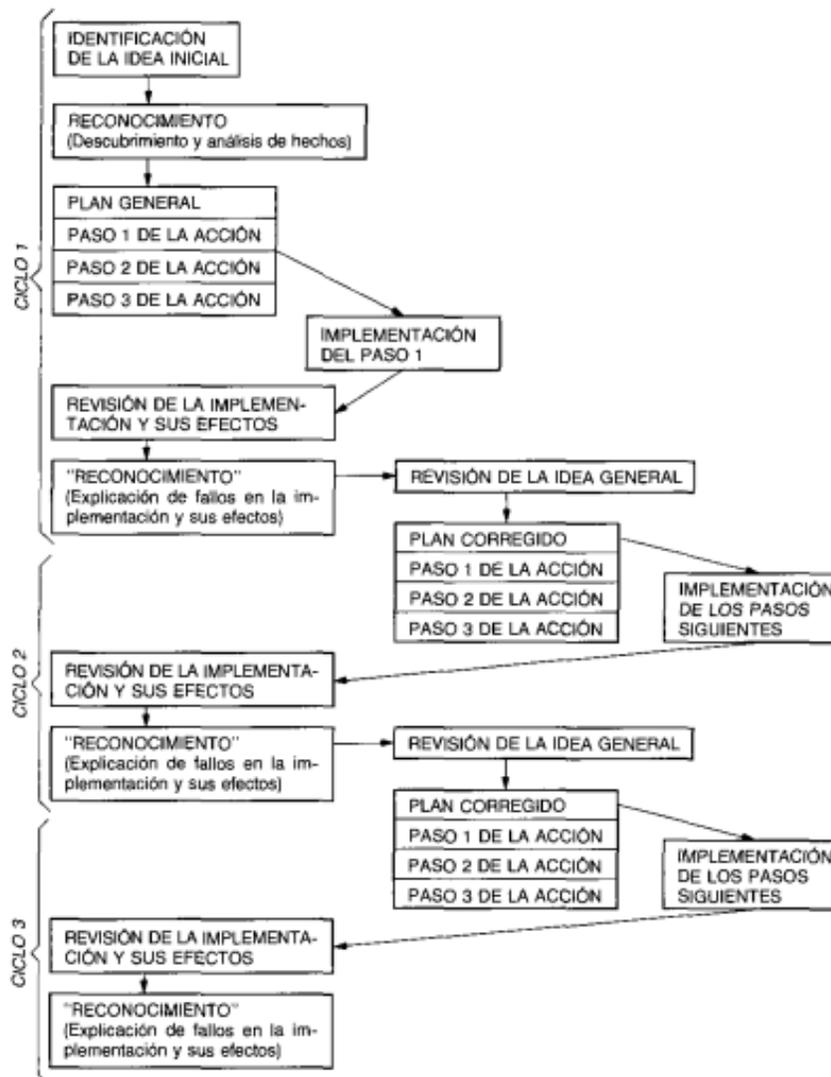


Figura 1 Esquema de espiral de ciclos de Kurt Lewin (1946)

Este método se acopla ya que las fases mencionadas van encaminadas a lo que se planea, en elaboración de técnicas que generen motivación en el alumno para poder después llevarlas a cabo, realizando registro de cuáles han sido más factibles y cuales no, para darles una valoración, saber cuáles quitar o dejar, para realizar una reflexión de lo que se puso en práctica y ver cómo mejorarlas.

1.5. OBSERVACIÓN Y EVALUACIÓN

Al realizar y poner en práctica las pausas activas también se llevará a cabo un diario de observación, se tomarán datos fotográficos y se aplicara una encuesta para recopilar datos relevantes, y saber cuáles fueron más beneficiosas y cuales no para replantear los ejercicios anotados, este método servirá para llevar registros respecto a la información que se llegue a obtener durante la aplicación.

El diario de clase según (Martín-Cuadrado, 2017; Zabalza, 2011) es un instrumento facilitador del almacenamiento y la recogida de datos de la investigación-acción donde hay indagación en la práctica del estudiantado, con la finalidad de mejorar su ejercicio docente e investigar sus ejercicios profesionales y optimizar la práctica educativa.

Según en el libro de Elliot J. (1996) El cambio educativo desde la investigación acción dice que el diario debe contener narraciones sobre las “observaciones, sentimientos, reacciones, interpretaciones, reflexiones, corazonadas, hipótesis y explicaciones” personales, las narraciones no sólo deben informar sobre los “hechos escuetos” de la situación, sino transmitir la sensación de estar participando en ellos. Las anécdotas, los relatos de conversaciones e intercambios verbales casi al pie de la letra, las manifestaciones introspectivas de los propios sentimientos, actitudes, motivos, comprensión de las situaciones al reaccionar ante las cosas, hechos, circunstancias, ayudan a reconstruir lo ocurrido en su momento.

De igual manera nos dice que los datos fotográficos pueden captar aspectos visuales de una situación, por ejemplo, en el contexto de la investigación-acción en el aula, pueden recoger los siguientes aspectos visuales: Los alumnos, mientras trabajan en el aula, lo que ocurre “a espaldas del profesor”, la distribución física del aula, la pauta de organización social del aula; por ejemplo: si los alumnos trabajan en grupos, de forma aislada o sentados en filas mirando al profesor

Para la evaluación se aplicará una encuesta a los alumnos en donde se plasmen las actividades realizadas durante las sesiones y puedan darle validez a cada una de ellas, para posteriormente darle análisis y tener una mejor percepción de cuál de las técnicas les resulta

más atractiva para la elaboración de trabajos y adquisición de conocimientos con la finalidad de generar motivación en él.

Elliot J. (1996) nos dice que las entrevistas pueden ser estructuradas, semiestructuradas y no estructuradas. En la entrevista estructurada, el entrevistador preestablece las preguntas que va a plantear. En la no estructurada, el entrevistado tiene la iniciativa respecto a los temas y cuestiones de interés. Cuando suscita un tema o cuestión, el entrevistador puede pedirle que amplíe, explique o aclare determinados aspectos.

2. ANÁLISIS DE TÉCNICAS APLICADAS

Durante las primeras semanas de observación y ayudantía se asignaron a los grupos y grados en los cuales se llevan a cabo las jornadas de conducción, en donde se observaron únicamente a los grupos “C, D y E” del tercer grado en la materia de Formación Cívica y Ética. En las sesiones impartidas por la maestra titular de la materia, se detectaron ciertos detalles actitudinales en los alumnos donde mostraban desinterés y aburrimiento, ya que la docente en toda la hora se la pasaba explicando y regañando, no hubo algún momento en el cual se pudiera tener pausa para realizar una actividad, dinámica o juego, por tal razón en mi práctica se pretende realizar técnicas que causen motivación en el alumno para evitar aburrimiento dentro de las sesiones enfocándose en el grupo de 3° “D”, implementando durante las sesiones técnicas como pausas activas que generen ambientes de aprendizaje para realizar clases dinámicas.

Según Castro, (2011) afirman que es deseable que se realicen pausas adecuadas preferiblemente flexibles que produzcan cambio en la posición y mejoramiento en el proceso de los grupos musculares afectados por la actividad. Adicionalmente, mencionan que, acompañadas de la higiene postural en el puesto de trabajo, buenos hábitos nutricionales, de sueño y del tiempo libre, las pausas activas, pueden prevenir diferentes dolencias y enfermedades ocupacionales.

En las dos semanas de conducción de la segunda práctica que fueron del 24 de octubre al 4 de noviembre, se llevó a cabo la primera técnica en donde se realizaron ejercicios de gimnasia cerebral (Anexo 2), desarrollo de coordinación, entre otros, con la finalidad de poder captar la atención de los alumnos, el momento de aplicarla es cuando se detecta aburrimiento, se obtuvieron resultados positivos, ese tipo de actividades hace que se descansa, relaje y se distraiga un poco el adolescente para después tener de nuevo su atención.

Dennison (2003:116) define la gimnasia cerebral como un “sistema de aprendizaje basado en la aplicación de métodos kinesiológicos para la activación cerebral”, conjuntamente con el modelo de desarrollo de las inteligencias y valores, los cuales persiguen desarrollar mayores capacidades visuales, auditivas y kinestésicas, aprendiendo técnicas de respiración y relajación que permiten desbloquear las energías, activar las neuronas, mejorar

las funciones cognitivas y emocionales para ejercitar la plasticidad cerebral, reforzar la memoria y vivir con plena consciencia y vitalidad.

Al realizar los movimientos como ejemplo, se notaba que los estudiantes estaban atentos a las indicaciones porque era algo nuevo para ellos el hecho de realizar esos ejercicios, sobre todo era una buena manera para tener de nuevo la atención, básicamente la actividad se hizo con los dedos y manos provocando de nuevo la concentración de los alumnos, de igual manera fortaleciendo la coordinación de ellos, lo sorprendente fue que a pesar de que no les salía la acción seguían intentándolo, porque en ocasiones hay alumnos que se frustran y no hacen el esfuerzo de hacer la actividad.

Estos ejercicios se llevaron a cabo en esa jornada dando resultados positivos, porque se tomaban unos minutos para hacer la actividad cuando se reflejaba cierta tensión en los alumnos estando en sesión o cuando hacían algún trabajo.



Figura 1. Realización de ejercicios de gimnasia cerebral con manos, hombros y dedos, donde los estudiantes realizaron movimientos circulares con la mano derecha hacia afuera y con la izquierda para adentro, como se muestra en el Anexo 2

La tercera jornada se llevó a cabo del 22 de noviembre al 9 de diciembre donde se implementaron las pausas activas similares a la práctica anterior, pero se realizó más en lo que son ejercicios de activación muscular (Anexo 3), para liberar la tensión y estrés de los estudiantes ya que un día a la semana, la última sesión por la tarde y por tal motivo los alumnos se encuentran cansados por el día, los ejercicios fueron enfocados a la flexibilidad para evitar problemas cardiovasculares.

La norma COVENIN 2742 (1998) que rige en Venezuela, indica que tan solo 15 minutos por cada dos horas continuas de trabajo, previene la fatiga muscular, por lo cual mitiga los factores para la aparición de lesiones musculoesqueléticas, aumenta la productividad, permite mayor capacidad de concentración, modifica el nivel energético del individuo, ya que la respiración es fundamental; y desarrolla la implementación de hábitos de vida saludables

Cuando se hicieron las actividades en la última hora, los alumnos se mostraban cansados, desinteresados y con ganas de dormir por el lapso del tiempo que estaban sentados en las sesiones anteriores, estando una vez en clase se reflejaba aburrimiento y agotamiento, por lo cual se realizaban ejercicios para relajar los músculos, quitar un poco de tensión y de cierta manera estrés en los estudiantes, cuando se daban las indicaciones de alguna manera se concentraban en generar los movimientos para no causarse una lesión, absolutamente todos los alumnos hicieron la actividad.

El resultado que dio al realizar esa técnica en las sesiones fue bueno, porque estando al exponer el tema se lograba tener la atención de los adolescentes y motivación para realizar el producto solicitado, el cual todos entregaban.



Figura 2. Realización de movimientos musculares y de articulaciones, los alumnos realizaban movimientos circulares hacia la derecha e izquierda de manera lenta para después llevar a cabo el ejercicio “todo lo contrario”, como se muestra en el Anexo 3

La cuarta jornada de conducción fue del 23 de enero al 10 de febrero del 2023, se realizaron las pausas rítmicas, en donde los estudiantes mostraron cierta satisfacción al momento de hacer el ejercicio, la actividad llevó como nombre “¡Uy quieto!” poniendo una canción de diferente género, y quien se moviera iba a tener como castigo que el alumno respondiera un cuestionamiento respecto al tema, esta actividad se realizó para distraer un poco al adolescente donde se combinó la actividad física con la diversión.

Cuando se dieron las indicaciones, así como en las técnicas pasadas, ellos mostraron interés por realizarlo, poniendo atención en cada una de las reglas que se daban, llevándolo ya a cabo se tuvo al inicio un poco de confusión porque los estudiantes hablaban y no se escuchaba como tal la canción ya que no se percataban en qué momento se pausaba la melodía, cambiando un poco las instrucciones donde la condición era no hablar, los resultados fueron positivos, porque todos lo realizaron y una vez acabó esto nos enfocamos de nuevo al trabajo, logrando tener la motivación por la elaboración del producto que se solicitó.

En la quinta jornada fue del 27 de febrero al 24 de marzo del 2023 se realizó la misma técnica de la segunda jornada siendo gimnasia cerebral, se decidió volver a realizar esa actividad para verificar si los resultados podían ser los mismos o en este caso cambiarían, en este ejercicio se enfocó de igual manera con la coordinación de movimientos de manos y pies.

Al dar las indicaciones a los estudiantes para realizar los movimientos, se reflejó la misma atención y disposición como la vez pasada, todos escuchaban las instrucciones. Los resultados fueron positivos, en su mayoría los estudiantes realizaron lo que se solicitaba, en ningún momento se reflejaba aburrimiento o el desinterés por parte de ellos, se tuvo concentración, distracción y relajación para poder continuar con el trabajo.



Figura 3. Movimientos con dedos, manos y hombros, los estudiantes realizaban la acción de tocar todos sus dedos solo con las puntas, posteriormente chocaban los puños para cambiar de posición del ejercicio y finalmente dibujar un círculo o cuadrado en el aire. Tal como se muestra en el Anexo 2

La sexta jornada se llevó a cabo del 17 al 28 de abril del 2023 donde se aplicaron dos técnicas de las semanas de conducción pasadas, la de activación muscular y las pausas rítmicas, de igual manera se llevaron a cabo para verificar si los resultados cambiarían o serían los mismos, estas se realizaron a mitad de clases para despejar un poco la mente ya que se notaba cierto cansancio en los estudiantes.

Cuando se dieron las indicaciones para realizar la activación muscular, hubo casos en los que a los alumnos les dolía el cuello, entonces al realizarlo se obtuvieron resultados positivos, debido a la carga de actividades que tuvieron en todo el día. En las siguientes sesiones se realizaron las pausas rítmicas, como se mencionó anteriormente, la actividad se llama “¡huy quieto” donde se pausaba una canción con la finalidad de que nadie se moviera, al aplicar estas dos técnicas, los estudiantes tenían mucha disposición al realizarlas, ya que en esta etapa a los que les gusta es hacer actividades que los mantenga en constante movimiento evitando aburrimiento dentro del aula, terminando cada una de ellas, se reanudaban los trabajos solicitados lo cual en la mayoría entregaban.



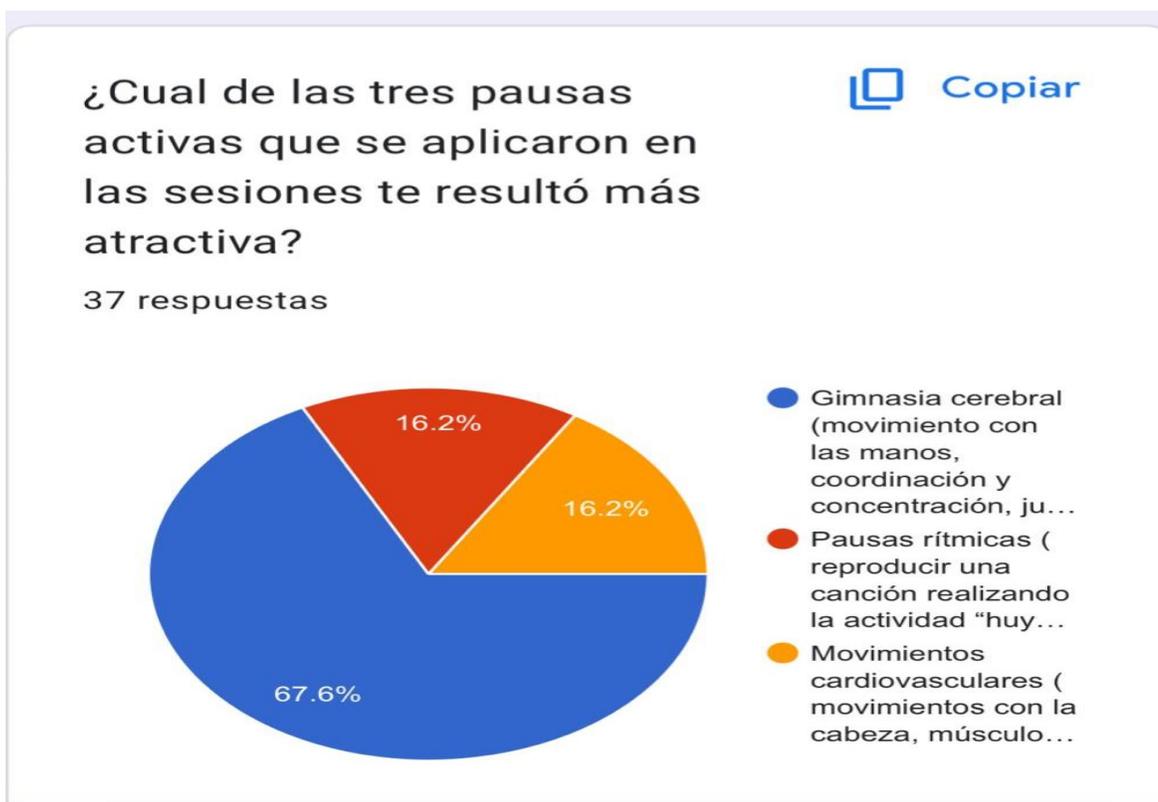
Figura 4. Realización de movimientos musculares, acompañado con pausas rítmicas, los adolescentes realizaban las mismas acciones de la jornada tres, como se muestra en el anexo 3

LA REFLEXIÓN

De acuerdo con lo que se realizó y observó en todas las semanas de conducción, los resultados de las técnicas aplicadas fueron positivos, porque en ningún momento se vio una actitud negativa por parte de los estudiantes, todos estuvieron de acuerdo en hacer cada una de las actividades, lo cual fortalecía y facilitaba el trabajo, por tales motivos existían estudiantes los cuales no les apetecía realizar alguna de estas, sin embargo, de alguna manera decidieron integrarse.

Cada vez que se implementaba una de ellas, despertaba el interés de los alumnos, lo cual era una ayuda para ellos, ya que por su horario de clases hay ocasiones en las cuales están dos horas sentados generando aburrimiento y desinterés por las sesiones de las materias, pero en las clases de Formación Cívica y Ética, cuando se realizaban los ejercicios era como un foco para tener su atención, de cierta manera el hacer movimientos de relajación, antes, durante y después de las clases ayudan mucho cuando se ven momentos de fatiga que ocasionaba fastidio al momento de realizar el producto solicitado.

De acuerdo con lo que se escribió en el diario de observación cada ejercicio realizado tenía resultados un poco diferentes a pesar de que fueran positivos y que los estudiantes en su mayoría realizaban, había cierta diferencia teniendo un numero alto, en el que todos participaban era en la gimnasia cerebral, por lo que se generó una encuesta de solo una pregunta para verificar cuál de las pausas les agrado más y realizar una gráfica para hacer su valoración.



Gráfica 1. Resultado del cuestionario que se aplicó acerca de la técnica de pausas activas

Como se puede ver en la gráfica de pastel, el 16.2% de los estudiantes que están en color naranja y amarilla les agradó más lo que son las pausas rítmicas y los movimientos cardiovasculares, y el 67.6% de color azul les gustó llevar a cabo los ejercicios de gimnasia cerebral, teniendo como conclusión que la gimnasia cerebral tuvo mejores resultados para obtener la atención, el interés, la concentración y de cierta manera la motivación evitando desinterés y aburrimiento en las sesiones de la materia.

Los ejercicios se podían aplicar en los tres momentos de una clase, hubo cierto tiempo en las cuales se daban en el inicio o al final, pero debido a que los estudiantes al empezar las clases estaban un poco activos no se podía dar las indicaciones como tal, y al término de éstas como había ocasiones en las cuales era la última sesión del día, tenían esa desesperación por salir, por lo cual se optó por llevarlas a cabo en el desarrollo aunque de algún modo se realizaban al comienzo para captar la atención de ellos.

A mitad de clase se realizaban los ejercicios porque se captaba a simple vista cierta tensión, estrés, aburrimiento y desinterés dentro de las clases, lo cual impedía el término del producto solicitado y se distraían fácilmente, entonces el iniciar alguno de estos movimientos se podía ver la atención y de cierta manera relajación en los estudiantes.

Las técnicas aplicadas como lo fueron las pausas activas (movimientos musculares), pausas rítmicas y la gimnasia cerebral, tuvieron resultados favorables en las primeras semanas, debido a eso, se decidió volver a implementarlas para ver y verificar si se podrían tener los mismos resultados, tomando en cuenta de que se realizaron ciertas modificaciones, por ejemplo, fueron diferentes ejercicios de gimnasia cerebral, las pausas activas y las pausas rítmicas, en esta se cambió la canción por una melodía clásica (piano), lo increíble fue que al hacer esto se tuvo un efecto bueno, porque al igual de las jornadas anteriores, se tuvo el mismo logro en las sesiones.

CONCLUSIONES

La problemática detectada desde las primeras semanas de observación fue acerca de que los estudiantes no mostraban interés en las clases de Formación Cívica y Ética, debido a eso, llevando a cabo un análisis F.O.D.A como diagnóstico donde se reflejaba por qué no se mostraban cierta atención en las sesiones de la materia. Se optó por realizar técnicas de motivación que se encaminan como pausas activas en los adolescentes para generar interés en las clases.

Cada una tenía como finalidad que se obtuviera la atención, interés y generar cierta motivación en los adolescentes para trabajar de manera factible y que realizarán los productos que se solicitaban, había días en los cuales se aplican en el inicio, desarrollo o cierre de las clases.

Todo lo que se llevó cabo y gracias a la disposición de los estudiantes los resultados de cada una de estas fueron muy positivas, tomando en cuenta que se aplicaron dos veces las mismas, ya que se llevó a cabo cierto proceso cíclico para verificar que es lo que se podía cambiar o quitar pero en esta ocasión se dejaron las mismas para ver si se podía tener el mismo efecto, teniendo como expectativa de que no se obtuvieran los mismos resultados , sin embargo, no fue así, los alumnos atendieron de manera factible cada una de las indicaciones dadas, lo cual se puede decir que los adolescentes mostraban interés en las clases de la materia logrando tener su atención para realizar los trabajos que se solicitaban, evitando de cierta manera aburrimiento y desinterés en él.

El realizar alguno de estos ejercicios realmente ayuda, tanto en el alumno como en el maestro, ya que el alumno puede retomar esa concentración, motivación e interés por realizar las actividades, estar atento en las clases, sobre todo servirá como un pequeño receso para ellos, y en el maestro ayuda a tener la atención de nuevo para explicar más a fondo el tema que se esté dando, mejorando su práctica docente y fortaleciendo sus competencias profesionales.

REFERENCIAS

- Aranda, E., Martín-Cuadrado, A. M. y Corral-Carrillo, M. J. (2018). *El diario de clase en el Prácticum del Máster de Formación del Profesorado*. En M. C. Navas (Dir.), *X Jornadas de Investigación en Innovación docente de la UNED en la era digital*. Canal Uned. <https://canal.uned.es/video/5beb1234b1111fd1718b5eae>
- Castro, C., y Munera, V. (2011) *Beneficios de las pausas activas*. Bogotá, Grupo Editorial Norma. (S/f-a). Redalyc.org. Recuperado el 18 de enero de 2023, de [https://www.redalyc.org/journal/6219/621968096002/html/#:~:text=Seg%C3%BAAn%20Castro%20y%20otros%20\(2011,labores%2C%20ya%20que%20disminuyen%20el](https://www.redalyc.org/journal/6219/621968096002/html/#:~:text=Seg%C3%BAAn%20Castro%20y%20otros%20(2011,labores%2C%20ya%20que%20disminuyen%20el)
- Eduardo García, J., & F. García, F. (1999). *Aprender investigando: Una propuesta metodológica basada en la investigación* (5.^a ed.).
- Elliott, J. (1996). *El cambio educativo desde la investigación-Acción*. Ediciones Morata. Recuperado de: <http://chamilo.cut.edu.mx:8080/chamilo/courses/PLANEACIONYDISENOCURRICULAR/document/Elliot-El-Cambio-Educativo-Desde-La-IA.pdf>
- Esquivel, G. G. (s/f). *Investigación – Acción: Una Metodología del Docente para el Docente*. Uam.mx. Recuperado el 13 de marzo de 2023, de http://relinguistica.azc.uam.mx/no007/no07_art05.pdf
- Latorre A. (2003), *La investigación acción conocer y cambiar la práctica educativa*. (S/f). Www.uv.mx. Recuperado el 25 de enero de 2023, de <https://www.uv.mx/rmipe/files/2019/07/La-investigacion-accion-conocer-y-cambiar-la-practica-educativa.pdf>
- *Perfil de egreso de la educación normal*. (s/f). Gob.mx. Recuperado el 11 de enero de 2023, de https://dgesum.sep.gob.mx/reforma_curricular/planes/lepree/plan_de_estudios/perfil_de_egreso
- Salazar, A. M., Ex, C., El, H., C P, & Cdmx, A. (s/f). *Licenciatura en Enseñanza y Aprendizaje de la Formación Ética y Ciudadana en Educación Secundaria*. Gob.mx. Recuperado el 28 de mayo de 2023, de <https://www.aefcm.gob.mx/dgenam/ENSM/archivos/licenciatura/etica.pdf>
- Rosario, R., Henry, C., & Luis, B. (s/f). *La gimnasia cerebral como estrategia para el desarrollo de la creatividad en los estudiantes*. Redalyc.org. Recuperado el 12 de marzo de 2023, de <https://www.redalyc.org/pdf/737/73737091006.pdf>
- *UMAD brinda a docentes valiosas Estrategias de Motivación Escolar*. (2021, abril 15). UMAD. <https://umad.edu.mx/umad-brinda-a-docentes-valiosas-estrategias-de-motivacion-escolar/>
- (S/f). Redalyc.org. Recuperado el 12 de marzo de 2023, de [https://www.redalyc.org/journal/6219/621968096002/html/#:~:text=Seg%C3%BAAn%20Castro%20y%20otros%20\(2011,labores%2C%20ya%20que%20disminuyen%20el](https://www.redalyc.org/journal/6219/621968096002/html/#:~:text=Seg%C3%BAAn%20Castro%20y%20otros%20(2011,labores%2C%20ya%20que%20disminuyen%20el)

ANEXOS

Anexo 1. Análisis F.O.D.A

Fortalezas	Oportunidades
<ul style="list-style-type: none">- Permite que todos los estudiantes participen sin exclusión alguna- Toma de acuerdos al inicio de clases- Actividades de refuerzo	<ul style="list-style-type: none">- Valida la participación de los estudiantes- Revisión de actividades en tiempo y forma- Retoma el trabajo no entregado con menor validez
Debilidades	Amenazas
<ul style="list-style-type: none">- En ocasiones no toma en cuenta la participación de los alumnos- Las clases no son llamativas sino tradicionalistas- El maestro se la pasa hablando, aburriendo a los alumnos- Tiene el concepto de yo a veces cometo errores- No es muy dinámico- No utilizan las TIC'S	<ul style="list-style-type: none">- Los tiene amenazados verbalmente (bajar calificaciones, llamar a padres)- Los quiere tener todo el tiempo sentado y mirando al pizarrón- Realmente no hay actividades que les llame la atención, motivación o interés- Pierden la atención rápidamente por lo mismo de las mismas actividades

Anexo 2. Gimnasia cerebral

1.- El ejercicio consta en tener las manos libres para poder realizarlo, se empezará a hacer movimientos circulares hacia afuera con la mano derecha y con la mano izquierda movimientos hacia adentro como se muestra en el ejemplo.



2.- El segundo movimiento a realizar consta en levantar el pulgar de la mano derecha y el meñique de la mano izquierda para después chocar entre puños y cambiar de posición, de tal manera en que cambien de posición, la mano derecha queda con el meñique y la izquierda con el pulgar.



3.- El tercer ejercicio es en dibujar al aire un cuadrado con la mano izquierda y con el pie derecho hacer un círculo



4.-Este ejercicio consiste en colocar mano derecha e izquierda al frente y con la punta de los dedos tocar cada uno de ellos, pero una de las dos manos debe de tocar pulgar y meñique e índice y pulgar como se muestra en el ejemplo, estando ya en esa posición se tiene que realizar el movimiento de manera rápida.



Anexo 3. Ejercicios de activación muscular

1.- El primer ejercicio fue el realizar movimientos circulares con la cabeza hacia la derecha y hacia la izquierda, de manera lenta para no provocar lesión alguna en el estudiante



2.- El segundo fue en estirarse de manera en que el alumno se relajara, esto para liberar tensión al adolescente y llevar oxígeno al cerebro.



3.- Este ejercicio se llama “todo lo contrario”, es decir, los alumnos tendrían que realizar los movimientos de acuerdo a lo que se valla diciendo, mas no haciendo, por ejemplo, cuando se mencionaban manos arriba ellos la tendrían que tener abajo, cuando se mencionaba hacia la izquierda ellos irían a la derecha, y así sucesivamente



"2023. Año del Septuagésimo Aniversario del Reconocimiento del Derecho al Voto de las Mujeres en México".

Santiago Tianguistenco, Méx., a 19 de junio de 2023

**C. ALEGRÍA HEREDIA DÍAZ
PRESIDENTA DE LA COMISIÓN DE TITULACIÓN
PRESENTE**

La que suscribe Mtra. Sandra Edith Martínez Navarrete Asesora del estudiante Fernando Nicolás Morales Cortés matrícula 191519400000 de 8° semestre de la Licenciatura en Enseñanza y Aprendizaje de la Formación Ética y Ciudadana en Educación Secundaria quien desarrolló el **Trabajo de Titulación** denominado Técnica de Motivación en el aprendizaje en estudiantes de Secundaria en la modalidad de Informe de Prácticas Profesionales; se dirige a esta Comisión a su digno cargo para informar que este documento ha sido concluido satisfactoriamente de acuerdo con lo establecido en los documentos del Plan de Estudios 2018 rectores del proceso de titulación.

Sin otro particular, le envío un atento y cordial saludo.

ATENTAMENTE



**Sandra Edith Martínez Navarrete
Asesora**

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN
SUBSECRETARÍA DE EDUCACIÓN SUPERIOR Y NORMAL
DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN NORMAL
SUBDIRECCIÓN DE ESCUELAS NORMALES
ESCUELA NORMAL DE SANTIAGO TIANGUISTENCO

"2023. Año del Septuagésimo Aniversario del Reconocimiento del Derecho al Voto de las Mujeres en México".

Escuela Normal de Santiago Tianguistenco

Oficio Núm.: 2085/22-23

Santiago Tianguistenco, Estado de México,
10 de julio de 2023

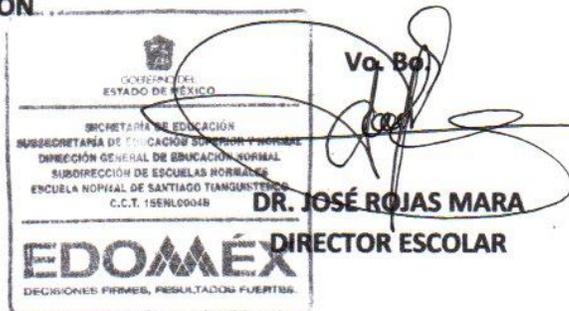
FERNANDO NICOLAS MORALES CORTES
ALUMNO DE OCTAVO SEMESTRE
DE LA LICENCIATURA EN ENSEÑANZA Y APRENDIZAJE DE LA FORMACIÓN
ÉTICA Y CIUDADANA EN EDUCACIÓN SECUNDARIA
PRESENTE

La Comisión de Titulación, por este medio **comunica** a usted que, después de realizar la revisión de su documento y con fundamento en los Lineamientos para organizar el proceso de titulación (Plan de Estudios 2018), se **autoriza** el Informe de Prácticas Profesionales "**Técnicas de motivación en el aprendizaje en estudiantes de secundaria**" por lo que puede proceder con los trámites correspondientes.

Deseando que esta última etapa de su formación inicial, la desarrolle con responsabilidad y convicción.

ATENTAMENTE


DRA. ALEGRIA HEREDIA DÍAZ
PRESIDENTA DE LA COMISIÓN DE TITULACIÓN.



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN
SUBSECRETARÍA DE EDUCACIÓN SUPERIOR Y NORMAL
DIRECCIÓN GENERAL DE EDUCACIÓN NORMAL