

VALORACIÓN CHARLA MINDFULNESS

Ponente: Mónica Linares

La ponencia de Mónica realizada en el salón de actos del Conservatorio, resultó muy interesante, en especial para los alumnos con los que asistí cuya participación fue muy activa.

En la sesión se trató de la atención, algo fundamental en nuestras aulas donde es un proceso auxiliar sin el cual las posibilidades de que se produzca aprendizaje se minimizan. Si pretendemos que un alumno piense en todo a la vez (antes de tener automatizado alguno de los procesos), lo más seguro es que “desconecte”. Por ello, resaltar o destacar aquellos aspectos relevantes ayuda a “cerrar el foco” nuestra atención en aquellos procesos cognitivos necesarios en la resolución de tareas.

Particularmente, me ha servido para “repensar” cómo los profesores podemos ayudar en el sistema atencional de los alumnos de manera más efectiva en sus procesos de aprendizaje:

1. Seleccionar la información.
2. Presentar los materiales de aprendizaje de forma interesante.
3. Graduar la presentación de la nueva información.
4. Fomentar los procesos de automatización.
5. Dosificar las tareas.
6. Diversificar las tareas.

JORGE LU