

La docencia: un arte que transforma vidas

mi voz

Por Francisca Barros
(fbarros@asig.com.ec)



La docencia es una experiencia maravillosa que, cuando se ejerce de manera adecuada, tiene el potencial de impactar la vida de las personas de formas inimaginables.

En mi práctica docente he integrado diversas herramientas y estrategias que no solo me han permitido trabajar con los estudiantes de manera más efectiva, sino también generar vínculos más auténticos. Estas prácticas han resultado clave para mejorar la experiencia de aprendizaje.

Pausas activas: el arte de estirarnos y renovarnos

Para fomentar un ambiente más saludable y mantener la atención en clase, incorporo pausas activas de cinco minutos. Estas se realizan al inicio o a la mitad de una

sesión de hora y media. Durante este tiempo, buscamos estirar el cuerpo, cambiar el foco de atención y relajarnos brevemente. A veces, soy quien dirige la pausa; otras veces, elijo al azar a un estudiante para que lo haga.

La rutina incluye estiramientos desde los tobillos hasta la cabeza, terminando con una respiración profunda y un estiramiento completo hacia arriba.

Cada parte del cuerpo se estira durante 10 segundos. Los resultados son notables: no solo se cuida

Reconociendo que cada estudiante aprende de manera diferente, diseño actividades que se alinean con los estilos de aprendizaje individuales.

el cuerpo, sino que los estudiantes regresan a la clase más concentrados y con energía renovada. Además, estas pausas también benefician a los docentes, ayudándonos a contrarrestar los efectos negativos de pasar largas horas sentados.

Tareas adaptadas a estilos de aprendizaje

Reconociendo que cada estudiante aprende de manera diferente, diseño actividades que se alinean con los estilos de aprendizaje individuales. Al inicio del trabajo, los estudiantes eligen entre distintos enfoques según sus preferencias:

- **Visual:** uso de imágenes y gráficos
- **Auditivo:** enfoque en sonidos y palabras habladas
- **Kinestésico:** aprendizaje me-



Para garantizar la ética, establezco normas claras contra la copia y hablo sobre la importancia del honor como profesionales.



- diente movimiento y manipulación de objetos
- **Lector-escriptor:** lectura y escritura de textos
 - **Pragmático:** planificación de experiencias y aplicación práctica
 - **Secuencial:** presentación del material en una progresión lógica y ordenada

Cada estudiante entrega un producto relacionado con el tema de clase, adaptado a su estilo de aprendizaje. Este enfoque no solo fomenta el interés, sino que también permite un aprendizaje más significativo. Además, la calificación se simplifica gracias a una rúbrica uniforme para todos los entregables.

Exámenes grupales: aprender colaborando

Una de las estrategias más útiles que he implementado es el examen grupal. En esta actividad, los estudiantes crean un examen de 20 preguntas sobre los temas vistos en clase, utilizando diferentes formatos de evaluación. Posteriormente, en clase, los grupos

intercambian sus exámenes y responden el de otro grupo.

Para garantizar la ética, establezco normas claras contra la copia y hablo sobre la importancia del honor como profesionales. Además, explico que cualquier sospecha de trampa resultará en un examen individual de 100 preguntas.

El proceso de crear el examen es altamente beneficioso, ya que requiere que los estudiantes repasen los temas y preparen respuestas. Además, responder a las preguntas de otros grupos les permiten profundizar en los contenidos desde diferentes perspectivas. Antes de llevar los exámenes al aula, los reviso para asegurar que sean creativos, justos y bien redactados.

La calificación combina dos com-

Para fomentar un ambiente más saludable y mantener la atención en clase, incorporo pausas activas de cinco minutos.

ponentes: una nota por la creación del examen (incluyendo las preguntas y respuestas entregadas en la plataforma) y otra por la resolución del examen de otro grupo. En las retroalimentaciones, los estudiantes han expresado que disfrutaron el proceso y que aprenden más al trabajar en equipo.

Transformar la docencia: una oportunidad constante

Estas actividades han enriquecido mi práctica docente, contribuyendo a un mejor ambiente en clase y facilitando el aprendizaje de mis estudiantes.

Además, promueven espacios de conversación genuinos y fomentan tanto el trabajo individual como grupal.

La docencia es un arte maravilloso que ofrece infinitas oportunidades para innovar. Al adaptar nuestras estrategias y hacerlas más amigables, logramos una educación más efectiva y acorde con los tiempos que vivimos.