



# NEWave in Learning

*Innovative programme for fast and effective learning*



NEWave in learning - innovative programme for fast and effective learning  
2016-1-BG01-KA204-02



## PARTE I Suggestopedia y fundaciones NEWave

Capítulo 1. Revisión histórica	05
Capítulo 2. Fundamentos de la sugestopedia	09
Capítulo 3. Barreras anti-sugestivas	11
Capítulo 4. Principios de sugestopedia	16
Capítulo 5. Equipamiento y metodología de la sugestopedia	19
Capítulo 6. Factores no específicos de la comunicación	21
Capítulo 7. Leyes de sugestopedia	24
Capítulo 8. Curso de sugestopedia de la asignatura de enseñanza - cómo se hace	33
Capítulo 9. Como el cerebro aprende rapido	41
Capítulo 10. Factores del entorno educativo influyentes en el proceso cognitivo	53

## PARTE II Actualizar teorías

Capítulo 1. Bloom-anderson taxonomia	71
Capítulo 2. La importancia del ritmo	85

## PARTE III Instrumentos para el aprendizaje rápido y eficaz

Capítulo 1. Aprendizaje basado en proyectos y aprendizaje basado en problemas	93
Capítulo 2. Aprendizaje combinado	103
Capítulo 3. Modelo de estructuración del aprendizaje	113





## PARTE I

### SUGESTOPEDÍA

«Siempre he pensado que somos, metafóricamente hablando, ángeles caídos, dioses encerrados, almas hipnotizadas que hemos creído en su limitada amargura. Además, han renunciado... Sin embargo, tuve un sueño. Además, este sueño me susurró con urgencia ella habló, gritando: "Hay un método, hay una forma de comunicación para "dioses encerrados" y "almas hipnotizadas" que han creído en su inocencia. ¡Lo hay!!" Este método, esta forma de comunicación cambiará las cosas ... y todos aprenderemos y nos desarrollaremos mucho más rápido y con mayor creatividad ... y con alegría...".

**Prof. Dr. Georgi Lozanov**

#### OBJETIVOS DEL TEMA

Una vez que te familiarices con el tema, podrás:

- Definir qué es Sugestopedia y Desugestopedia.
- Definir e implementar las declaraciones básicas de la Sugestopedia.
- Identificar y eliminar barreras anti-sugestopedia.
- Definir y aplicar los principios de la Sugestopedia.
- Definir y aplicar las 7 leyes de la Sugestopedia
- Definir y aplicar el ciclo pedagógico escolar en el área de Sugestivo-médico.

#### VERIFICACIÓN DE LA COMPRENSIÓN

**En grupo o por usted mismo, discuta y anote las respuestas a las siguientes preguntas y tareas:**

- Sabes algo sobre la Sugestopedia como método de enseñanza? Sí, sí Qué?
- Sabes cuál es el país natal de este método?
- Además ¿quién es su creador?
- Haz una lista de las características específicas de la Metodología de la Sugestopedia de la enseñanza, para la cual sabes algo.



- Cuáles son las expectativas para aplicar la metodología?
- Cuáles son tus propias barreras anti-sugestivas?

#### INTRODUCCIÓN DEL CONTENIDO

Sugestopedia es un sistema de enseñanza en base al cual construimos el "NEWave in learning", una metodología para un aprendizaje rápido y efectivo. Por lo tanto, esta sección cubre las cosas más importantes que necesita saber sobre el sistema sugestivo-médico. La sección consta de los siguientes capítulos:

Capítulo I – Revisión Histórica

Capítulo II – Fundamentos de la Sugestopedia

Capítulo III – Barreras Anti-sugestivas

Capítulo IV – Principios de Sugestopedia

Capítulo V – Equipamiento y metodología de la Sugestopedia

Capítulo VI – Factores no específicos de la comunicación.

Capítulo VII – Leyes de la Sugestopedia

Capítulo VIII – Curso de Sugestopedia de la asignatura de enseñanza ¿Cómo se hace?

## CAPÍTULO I

### REVISIÓN HISTÓRICA

Gracias al trabajo dedicado por el Prof. **Dr. Georgi Lozanov (1926-2012)**, científico búlgaro – psiquiatra, neurólogo y fisiólogo del cerebro, psicólogo y pedagogo, así como a su equipo, aparece una nueva ciencia – **SUGESTOLOGÍA** en el mundo. Nació en Bulgaria como una contribución búlgara original a la ciencia mundial. **SUGESTOLOGÍA** es la ciencia, que estudia el papel de la **sugestión como un medio de comunicación** y las posibilidades de su aplicación práctica en áreas como la pedagogía, la medicina, las relaciones sociales, el arte, etc. La aplicación de la **SUGESTOLOGÍA** en la pedagogía conduce al desarrollo de **SUGESTOPEDÍA – un método para un aprendizaje rápido, efectivo y alegre.**

El Prof. Georgi Lozanov publicó este término por primera vez en búlgaro en 1966 (Sugestopedia – un camino hacia la hipermnesia en el proceso educativo, Narodna Prosveta, 1966, b, 23-41), y en inglés en 1967 (Sugestopedia y memoria, de la semana internacional de Psicología, Roma, 1967, 535-539). Georgi Lozanov defendió una disertación en el campo de la Sugestopedia, se con-



virtió en Doctor en Ciencias y luego obtuvo un doctorado. Ha trabajado durante muchos años. Era psicoterapeuta en los hospitales psiquiátricos más grandes del país. Hizo muchas investigaciones sobre funciones cerebrales en la Academia de Ciencias de Bulgaria.

Siguiendo estos logros científicos del Profesor Lozanov, hubo una decisión del Consejo de Ministros de Bulgaria el 10.06.1966 para crear el Instituto de investigación de Sugestología con el Ministro de Educación. El profesor Lozanov dirigió el Instituto en el periodo 1966 – 1985 y cerró en 1992.

En el apogeo de su desarrollo, el Instituto de Investigación de Sugestología alcanzó 100 empleados (psicoterapeutas, fisiólogos, lingüísticos aplicados, expertos en música y pedagogos) y está equipado con el laboratorio electrofisiológico más avanzado de su tiempo. Basado en acuerdos y acuerdos culturales estatales, el Instituto de Sugestología también cuenta con centros experimentales y de aprendizaje en idiomas extranjeros en otros países como Rusia, Alemania, Hungría, Canadá y otros.

Al final del periodo en 1985, el Prof. Lozanov fue liberado por razones políticas y se le dio la oportunidad de continuar sus estudios en un área limitada en la Universidad de Sofía. Más tarde, después de la llegada de los procesos democráticos en Bulgaria en 1989, se trasladó a Austria, donde trabajó en la formación docente en todo el mundo.

La Sugestopedia tiene el mayor potencial para desarrollarse en el aprendizaje de idiomas extranjeros para adultos, pero también se han realizado experimentos en sugerencias escolares, especialmente en la alfabetización primaria.

El aprendizaje de idiomas extranjeros se desarrolla en un curso de idiomas intensivos de 100 horas, el aprendizaje verbal de un idioma extranjero por parte de los alumnos y su desarrollo lingüístico, psicológico y social en general. El primer curso Sugestopedico se organizó en el otoño de 1964. El carácter original de los cursos de idiomas extranjeros se refleja en las publicaciones de varios investigadores establecidos en el aprendizaje de idiomas extranjeros y académicos como Stevick (1992), Richards y Rogers (1986), Larsen-Freeman (1986) Underhill (1989), Cook (1991), Harmer (2001), Tomlinson (2011), y otros. Todos ellos reconocen a la Sugestopedia como uno de los métodos básicos de la enseñanza del lenguaje humanista y el aprendizaje que corresponde a los acentos principales del humanismo como una dirección en la pedagogía, a saber, el desarrollo intelectual integrado del individuo, la capacidad mejorada para la autorrealización y la adaptación social.

También se realizaron estudios durante los cursos sugestopedicos en el Instituto de Sugestología, que proporcionan evidencia de **la validez del método de nivel lingüístico, psicológico y psicoterapéutico**. Las formas más intensivas de aprendizaje del lenguaje Sugestopedico se llevaron a cabo a través de varios experimentos. Estos hallazgos y resultados han sido publicados en numerosas publicaciones científicas, tales como: Suggestology Problems, Colección del primer Simposio Internacional sobre Problemas de Sugestión; Revista de Sugestología y Sugestopedia, 1975, Lozanov, 1978, 1990, 2011, Gateva (1991). Los resultados del entrenamiento en Sugestopedia también se presentan en varias conferencias y simposios sobre Sugestología y Sugestopedia en Sofía



(1971), Moscú (1974), Ottawa (1974), Los Ángeles (1975) y otros.

Sugestopedia es un sistema pedagógico se basa en una serie de teorías y experimentos científicos basados en que es una teoría común sistematizada de Sugestopedia. Los resultados de su implementación pueden lograrse como un **sistema solo si se aplica de maestro altamente calificados que recibieron capacitación especial de Sugestopedia**.

Se llevaron a cabo numerosos experimentos y estudios que han demostrado que el sistema sugestopedico de enseñanza influyó de manera positiva en los alumnos:

- **Descubre un complejo de reservas de:**
  - Reservas de memoria (hipermnesia);
  - Reserva creativa;
  - Reservas de la personalidad global.
- **Acelera el proceso de aprendizaje**

Aprendizaje de 3-5 veces más rápido, gracias al mayor volumen de contenido.

- **Mejora el resultado final en el aprendizaje del idioma**

Se inscribe un promedio del 90% del léxico por curso, cubriendo 2000 unidades léxicas, con 70% del vocabulario activo y el resto en el nivel de transferencia.
- **Aumenta la capacidad de memoria a corto y largo plazo**
- **Incrementa la capacidad de trabajo**
- **Incrementa el conocimiento cultural**
- **Causa un efecto psicoprofiláctico y psicoterapéutico**

El efecto psicológico en la Sugestopedias causa un enorme y gran encanto científico y es considerado uno de los métodos de enseñanza-sanación.
- **Mejora la condición de salud general**
- **Normaliza el ritmo cardiaco y la presión arterial.**
- **Mejora la actividad bioeléctrica del cerebro.**
- **Da como resultado un efecto de relajación y fatiga.**
- **Hace del aprendizaje una experiencia agradable.**
- **Reduce la agresión.**
- **Aumenta la motivación para un mayor aprendizaje de idiomas.**



Los expertos internacionales de la UNESCO, que visitaron el Instituto de Sugestología en 1978, estudiaron la metodología y los resultados y formularon las siguientes recomendaciones, que también reconocieron la eficacia de Sugestopedia:

- Sugestopedia es un método superior de aprendizaje para una variedad de materias y diferentes tipos de estudiantes, en comparación a los métodos tradicionales.
- Es necesario establecer estándares de capacitación, graduación y mantener de los estándares de capacitación de Sugestopedia.
- Deben de iniciarse formaciones de profesores de acuerdo a la metodología Sugestopedica.
- Debería de establecerse una Asociación Internacional de Sugestión y Sugerencia por la UNESCO.

“La UNESCO concluye que la metodología debe de apoyarse, desarrollarse y difundirse en todo el mundo en el campo de la investigación y la experimentación, la formación de docentes y el establecimiento de una asociación internacional, un Centro Internacional de Formación de Docentes y un Centro de Información.” Su propia opinión se publica en los Estados Unidos de (The Journal of the Society for Accelerated Learning and Teaching, Volumen 3, Número 3, Otoño, 1978, p.211).

Sugestopedia parece único con respecto a su efecto global en los estudiantes de idiomas extranjeros. Aumenta la efectividad de su conocimiento léxico, lectura y competencia comunicativa oral, pero también mejora su salud, capacidad intelectual, emocional y general de trabajo.

¿Cómo puede pasar eso? ¿Cuáles son los principios fundamentales que subyacen en el Método Sugestopedico y su aplicación práctica?

## CAPÍTULO II



## FUNDAMENTOS DE LA SUGESTOPEDÍA

*"Sugestopedia es un método para abrir las reservas de la mente.*

*A través del amor por los seres humanos"*

**Prof. Dr. Lozanov**

**La Sugestología es una ciencia de la sugestión.** La sugestión es un factor comunicativo universal que participa en cada momento de nuestras vidas. Se trata de una sugestión no clínica, no programable y no manejable, que consiste en **"ofrecer" a la persona que elija**, racional e intuitivamente, de una amplia gama de incentivos complejo, orquestada de acuerdo con las normas psicofisiológicas de la personalidad. Organizando, orquestado y armonizado ofreciendo incentivos, esa persona percibe consciente y paraconscientemente es la forma más brillante y positiva de la sugestión. Puede revelar reservas personales versátiles.

Entre las diversas manifestaciones de la sugestión, Lozanov menciona: autoridad y prestigio, percepciones periféricas, entonación y ritmo, ambigüedad en la comunicación, otros **estímulos inespecíficos** como gestos y posturas, expresión fácil, expresión ocular, factores ambientales, expectativas del receptor y otros.

**Sin embargo, ¿Cómo podemos dominar su poder y usarlos sabiamente en el proceso pedagógico?**

La sugerencia se basa en la **sugestión**, y se basa en **tres hechos psicológicos básicos**, que luego llamaremos **Fundamentos de la Sugestopedia**:

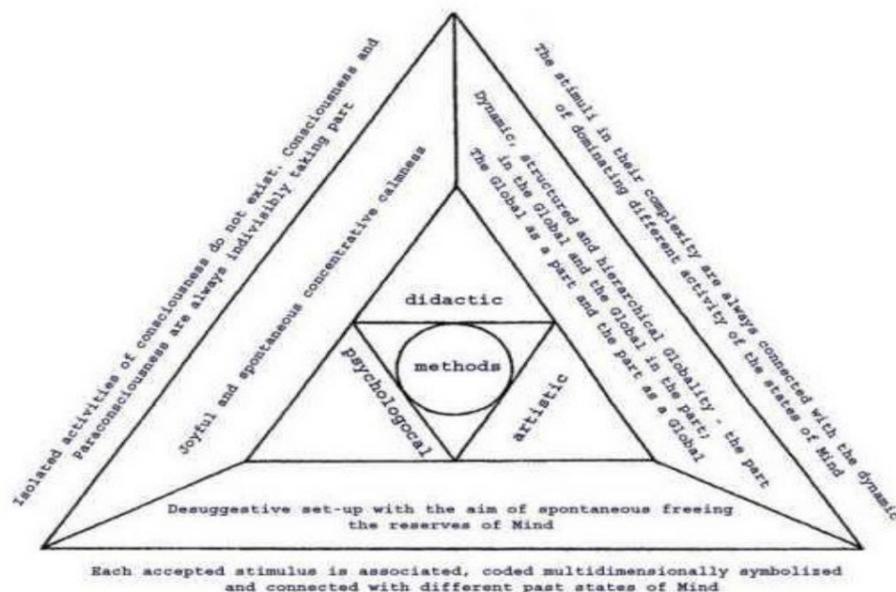
**El primer hecho** está conectado con la **unidad indivisible de las actividades conscientes e inconscientes** (paraconscientes) de la mente humana. Todos se comunican a través de ambos mecanismos simultáneamente en cada acto de comunicación. Desafortunadamente, la pedagogía siempre se ha preocupado principalmente por la mente consciente y la atención del estudiante, ignorando la función de un trabajo mental menos consciente y subconsciente.

**El segundo hecho** es que el **complejo de estímulos** que vienen en nuestra mente subconsciente **están codificados y estrechamente relacionados** con información, **con estados mentales previos**.

**El tercer hecho** es que cada estímulo es de naturaleza compleja (nuestro **cerebro no acepta estímulos aislados**) y siempre están relacionados con los estados dominantes de la mente

### CAPÍTULO III

#### BARRERAS ANTI-SUGESTIVAS



El Prof. Lozanov es el primer científico que intenta identificar diferentes factores subconscientes, activar la mente subconsciente integrarla en las actividades conscientes del aprendiz. Busca restaurar la integridad del cerebro humano y **alinear el aprendizaje con los procesos naturales de la actividad cerebral**. Introduce los factores de sugerencia en el proceso de aprendizaje, el único objetivo es acelerar el aprendizaje y el despliegue del potencial humano. Por primera vez, la Sugestopedía introduce deliberadamente en una **gran cantidad de información** en el material de estudio, incluye el arte (un tipo específico de entrenamiento holístico) y revela con éxito la capacidad de memoria de los alumnos. Por esta razón la Sugestopedía se denomina alternativamente es **reservorio** (Lozanov), es decir, **Penetración en las reservas de la mente**. El Prof. Lozanov alega que su método de enseñanza no solo cubre un aspecto sino que todo el **"complejo de respaldo"** del alumno (ver. El "complejo de respaldo sugestopédico").

La aplicación de sugerencias y estímulos sugestivos en la comunicación pedagógica está inextricablemente vinculada al **proceso de rechazo de la sugestión (Desugestopedía)** o la capacidad del profesor para liberar al alumno mediante la sugerencia negativa con respecto a sus experiencias traumáticas anteriores relacionadas con el aprendizaje.

La desugesía comenzó a ser utilizada como un término por el Prof. Lozanov en una etapa muy posterior del desarrollo de Sugestopedía. **La Sugestopedía es una pedagogía desugestiva**, dice el Prof. Lozanov. La Desugestión es una reprogramación del cerebro/mente, que libera sus reservas, es decir, capacidades cerebrales/mentales no utilizadas.

Por ejemplo, tenemos una experiencia traumática del tiempo necesario para dominar cada elemento del material, las dificultades para recordar y aprender, las dificultades para aplicar los conocimientos, las dificultades para eliminar barreras y comenzar a hablar en un idioma extranjero, etc. El maestro de Sugestopedía está capacitado en un enfoque humanista (individual) para cada estudiante, cómo demostrar que realmente cree en sus capacidades ocultas, como expresar su profunda convicción de que se lograrán calificaciones altas. Estas sugerencias, que nos impiden descubrir las reservas de nuestra mente, son las llamadas barreras anti-sugestivas que levantamos contra la sugerencia positiva organizada y orquestada en el sugerente sistema de enseñanza. El maestro necesita superarlos para revelar las reservas de la mente. Está entrenado para armonizar sus percepciones y expectativas positivas con las barreras anti-sugestivas (G. Lozanov, 1917) de los aprendices.

El organismo humano está en constante interacción con el medio ambiente. Esto requiere una prudente aceptación o rechazo de los estímulos, incentivos, información, en general, influencias y sugerencias.

La biología examina una serie de barreras físicas que detienen la infiltración de infecciones o ciertas sustancias en el cuerpo humano. Un ejemplo de esto es la barrera hematoencefálica. Evita que el cerebro penetre bacterias u objetos microscópicos.

De la misma manera, definimos la presencia de **barreras anti-sugestivas** como un "filtro en el paso de los estímulos ambientales en la actividad mental inconsciente" (G. Lozanov, 1971). Muy a menudo, no somos conscientes de la información que percibimos. Nuestra capacidad para verificar toda la información que recibimos. Por lo tanto, partes de él se dan cuenta o no se dan cuenta o incluso no se dan cuenta en absoluto. Es precisamente en tales casos que las **barreras anti-sugestivas** automatizadas activan o incluso detienen el flujo de cierta información y por lo tanto, desempeñan el papel de una defensa psíquica contra los efectos dañinos.

Las barreras se clasifican en tres tipos:



- Barrera Crítica – lógica (barrera racional);
- Barrera intuitiva – afectiva (barrera emocional);
- Barrera ética.

#### Barrera crítica – lógica (barrera racional)

La barrera crítica -lógica "rechaza todo lo que no da importancia de una resistencia lógica bien intencionada" (G. Lozanov, 1971).

Esta es nuestra protección contra los mensajes externos ilógicos. Imagina estar en Viena y llamar a alguien desde Sofía. Estamos hablando de algo, y le digo en un momento: "Después de media hora estoy contigo". Eso le parecería extraño – todavía no hay manera de ir físicamente durante media hora de Viena a Sofía. Probablemente pensará que le estoy mintiendo y entonces será mucho más sospechoso de lo que escuche de mí. Es decir, tenemos esta barrera lógica para protegernos de personas y situaciones en las que los mensajes son vagos e ilógicos, para que no os dejen engañar y por lo tanto, tomemos muchas decisiones equivocadas. Lo necesitamos la mayor parte del tiempo.

¿Por qué entonces lo consideramos un obstáculo? Muchas veces, no tenemos toda la información necesaria y necesitamos tomar decisiones en una situación de incertidumbre. Luego, desencadenar esta barrera puede impedir que nos embarquemos en algo que potencialmente podría beneficiarnos solo porque en la etapa en la que nos encontramos, no tenemos la justificación lógica razonable para la solución. A veces esta barrera se dispara sin sentirla. Todos los que nos rodean, la experiencia que tenemos, los medios de comunicación, todos nos dicen que tenemos un cierto límite y no podemos dominar mucho material de aprendizaje al mismo tiempo. Esta norma sugestiva entra como nuestra voz interior y si alguien nos dice: "Hablará un idioma extranjero durante un mes", nuestra barrera se activa automáticamente. Todo en nuestras vidas hasta este momento, dice que esto es posible. En consecuencia, liberamos la barrera y vamos con esa actitud. So el maestro quiere saber en un espacio de tiempo muy corto un gran volumen de material, primero debemos lidiar con estas actitudes, levantar la barrera, desbloquear nuestras reservas, y luego tendremos la oportunidad de guardar la gran cantidad de material.

#### Barrera intuitiva – afectiva (Barrera Emocional)

La barrera intuitiva-afectiva anti-sugestiva rechaza todo lo que no crea confianza y una sensación de seguridad. Los irritantes que han llegado de una forma u otra permanecen por el momento sin consecuencias; la persona a menudo los alcanza con lo contrario de la actividad esperada (G. Lozanov, 1971).

Una vez, hace mucho tiempo, cuando tenías 5-6 años en el jardín de niños dibujaste un elefante naranja que ni siquiera se parecía mucho a un elefante. Luego el maestro le dijo que su dibujo no sucede y no espera que se convierta en un artista porque, aquí, incluso un elefante que no puede dibujar, por no mencionar que los elefantes no son de color naranja. Esto les ha pasado a todos



los niños del grupo. Se han reído de ti, tu reíste, y estabas en la mente, nunca te hiciste artista.

Cuantos de nosotros tenemos una historia similar en nuestras vidas – Nunca nos convertimos en matemáticos escritores o músicos porque "esto no es para ti". Gradualmente, esta creencia, especialmente si tales eventos se han repetido, se convierte en parte de su diálogo interno. Con el tiempo, estás convencido de que sí; realmente no te convertirás en una artista. Lo que, es más, en el momento en que invitan a dibujar, comienzas a negarte a ti mismo, porque los recuerdos emergen de los niveles emocionales de estos eventos. Ya no recuerdas la situación exacta, pero la emoción se conserva. Y todos ustedes están evitando empezar a pintar.

Nuevamente, si un maestro quiere enseñarle algo a alguien, primero tiene que superar esta barrera y luego involucrar al participante en el proceso. Si bien los propios estudiantes no creyeron que él era capaz en esta área hasta que nos deshacemos de las emociones desagradables asociadas con el objeto, la posibilidad de aprender algo allí es muy pequeña.

#### Barrera ética.

La barrera ética se desencadena "si las sugerencias formuladas contradicen los principios éticos básicos del individuo. Se ha demostrado en experimentos que no se realizan las sugerencias que contradicen los principios éticos de la personalidad" (G. Lozanov, 1971).

Mientras que para los dos anteriores, Lozanov propone trabajar para superarlos, definitivamente recomienda no tocar este. De hecho, muchas investigaciones muestran que incluso bajo la hipnosis, las personas que están tentadas de cruzar su propia barrera ética se han negado, e incluso han salido del estado de hipnosis.

La barrera ética afecta nuestras creencias más profundas sobre lo que es bueno y lo que no lo es. A veces, inadvertidamente, el profesor puede derribar esta barrera al afectar las creencias de los estudiantes profundamente arraigados en su cultura sobre el papel de la mujer, por ejemplo. Por ejemplo, los aprendices que ven que su maestro no es auténtico, no hacen lo que predicar y tiene una gran sensibilidad en términos de sinceridad, aunque solo sea por esto, es posible que no perciban lo que está diciendo. Las sugerencias hechas en el proceso de aprendizaje son generalmente neutrales con respecto a la barrera ética. Debemos ser sensibles a los casos en los que podemos interferir inadvertidamente con los valores, la ética o las creencias de alguien.

#### Norma sugestiva pública

Esta es la convicción en la sociedad con respecto a cualquier característica individual del individuo, pero en el caso de Sugestopedia, la norma pública sugestiva con respecto a la memoria es particularmente importante. En la mayoría de los casos, estamos convencidos de las posibilidades muy bajas de la memoria humana. A veces asumimos que puede hacer hipermnesia, pero no es de no-



sotros, "somos diferentes". Estas creencias son apoyadas por el hablar en público y la demostración de bajas expectativas para sí mismos y a menudo, para los aprendices por parte de los maestros. En Bulgaria, un símbolo de esta creencia es la frase "son tan capaces" o "tal es el material". Los políticos, apoyados por los medios de comunicación, lo hablan; los maestros a menudo lo transmiten en las aulas. Es particularmente preocupante cuando se trata de grupos separados divididos por género, etnia, edad, etc.

A menudo, los escolares son tratados con extrema desconfianza, precisamente por esta convicción. Sienten bajas expectativas y comienzan a creer sus propias limitaciones. Por lo tanto, entramos en una espiral de auto profecía. En otras palabras, "la sugerencia inicial se ha establecido en la práctica diaria, lo que a su vez ha creado un refuerzo adicional sugestivo de la percepción de las posibilidades de la memoria que se ha convertido en una norma social".

Mantener altas expectativas y convertirlo en una norma sugestiva en el entorno de aprendizaje requiere mucha energía, estabilidad y confianza por parte del profesor, pero es crucial para el éxito del proceso de aprendizaje.

¿Cómo superamos las barreras?

"Es mucho más rápido y fácil hacer una sugestión, mejor cumple con los requisitos lógicos de la personalidad, con su resistencia negativa innata, como una expresión de vigilancia efectiva, así como su núcleo ético" (G. Lozanov, 1971)

Durante la actividad de investigación activa del Instituto de Sugestología, los experimentos han demostrado desugestión regular y la superación de barreras anti-sugestivas. Algunas investigaciones incluso notan en qué momento y en qué etapa sucede esto. Un ejemplo clásico de esto son los experimentos para aprender un gran número de palabras en idiomas extranjeros que se han realizado en el Instituto. Para uno de ellos, Lozanov dice, "Y en los valores más altos, cuando las sesiones superan las 1,000 palabras en un día, la barrera lógica y afectiva ya se han superado, los estudiantes se han asegurado de que esta sea una forma completamente nueva de memorización, que en realidad resulta y se han ido tranquilamente en su curso" (G. Lozanov, 1971).

Uno de los mayores méritos del Instituto, que explora científicamente la sugestión, es que logra definir y demostrar los diferentes medios que influyen y, por lo tanto, dan la "receta" que utilizan los pedagogos. La sugerencia está desmitificada y los profesores pueden aprender a usarla. "El uso intencional de herramientas sugestivas en la práctica pedagógica, la deducción de la sugerencia frente al corchete, revela repentinamente as inexplicables capacidades de sobra de la actividad del nervio humano superior en el proceso de aprendizaje. Lo más sorprendente es que estas reservas ocultas del cerebro en experimentos pasados son manifestadas en la memoria". (Lozanov, 1971)

Lozanov presta atención seria al análisis de las formas de superar las barreras: "La barrera negativa también se supera no mediante el engaño la violencia, sino mediante la comprensión y la confianza", dice en respuesta a ciertos comportamientos de maestros y psicoterapeutas que no son conscientes de la



importancia de generar confianza en este proceso. La capacidad del capacitador (incorpora en el proceso general de su entrenamiento) para crear autoridad y confianza en tal ambiente, para brindar tranquilidad, se encuentra entre las más importantes para brindar un proceso de aprendizaje de calidad.

Podemos concluir con el resumen del Dr. Lozanov "Hasta que el pensamiento crítico no siempre es evidente, las objeciones se superan hasta que se supera el negativismo natural y hasta que se logra armonía con los valores éticos básicos y el enfoque del núcleo de la personalidad, la sugestión no depende del resultado positivo" (Lozanov, 1971).

#### Resumen

El proceso sugestivo suele ser una combinación de sugestión y desugestión. El proceso de sugerencia debe ser tratado con mucho cuidado. El Dr. Lozanov describe casos en los que psiquiatras o pedagogos sin experiencia, que sin tener en cuenta la personalidad individual, sus emociones y su forma de pensar, recurren a la sugestión directa.

Cuando esta sugestión directa "emerge en una conciencia como resultado, se enfrenta con la estructura básica y los requisitos de la personalidad que se han construido a lo largo de su existencia". Por lo tanto, las sugestiones no naturales, no bien motivadas y extrañas se desvanecen rápidamente y pierden su fuerza.

Por el contrario, cuando la sugestión está bien motivada, también es mucho más duradera y el ímpetu de los estudiantes es mucho mayor. "Al mismo tiempo, la motivación ahorra e incluso moviliza la ambición de la personalidad" (G. Lozanov, 1971).

Un fenómeno interesante es también el hecho de que, aunque los participantes están informados de que sugerir una sugerencia de capacitación es la sugestión, esto no hace que la Sugestopedia sea menos efectiva. Muchas de las investigaciones llevadas a cabo en el Instituto de Sugestopedia demuestran claramente que la información sobre la sugestión realizada no la detiene.

"No es incorrecto decir que todos los métodos de influencia sugestiva son, de hecho, mtodos para superar las barreras anti-sugestivas" (G. Lozanov, 1971).

## CAPÍTULO IV

### PRINCIPIOS DE SUGESTOPEDÍA

Principios de la pedagogía desugestiva y sugestiva:

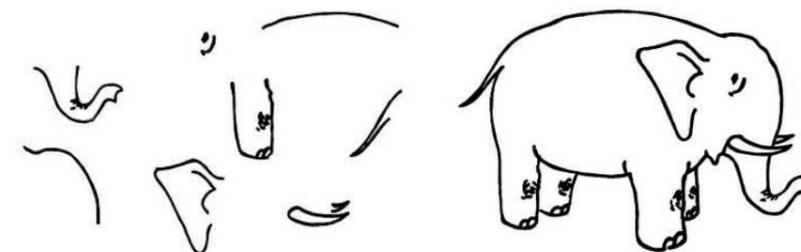
1. Tranquilidad concentracional alegre y espontánea.
2. Globalidad dinámica, estructurada y jerárquica – el todo en la parte y la parte en el todo; el todo como un parte y la parte como un todo.
3. Actitud desugestiva para liberar espontáneamente el potencial de la mente.

Crear una actitud para aumentar las oportunidades para aprender los tres principios de la pedagogía desugestiva no se puede considerar por separado y separados uno de otros. Cada uno es un lado de los otros.

Si consideramos cada uno de los principios por separado, lo que nunca deberíamos hacer en la práctica, podemos aclararlos brevemente para nuestro análisis:

*El primer principio* garantiza la relajación concentrativa, alegre, genuina y altamente estimulante necesaria a través del sistema de juegos y el sistema de humos y a través de materiales visuales, que no son ilustrativos, sino más bien estimulantes en el carácter, así como a través de la comunicación de entrenamiento general.

*El segundo principio* se refiere principalmente a la sistematización del material de estudio en los libros de texto y visuales, pero también al comportamiento y al sistema de trabajo del capacitados. Debe quedar muy claro que el método de entrenamiento determina la forma en que se desarrolla la personalidad. Es por eso que creemos que los métodos tradicionales comúnmente utilizados en la enseñanza (centrándose en elementos separados) tienen su lugar principalmente en los estudios académicos, en el análisis científico, pero para el los propósitos de la educación masiva de niños y adultos es bastante anticuado. La vida moderna ha dado un gran salto hacia adelante en las esferas del ideal y el material. Es necesario dominar conceptos globales y construir nuevos. Es necesario construir vistas cada vez más amplias en todos los ámbitos.



*Trate de ver las partes dentro del todo y todo en las partes. Este es el segundo principio del entrenamiento de-sugestivo.*

Fijar la atención en el elemento, en forma aislada del conjunto, la atención a menudo permanece fija en el nivel de la parte y luego resulta difícil o captar la imagen más grande. Esto no quiere decir que lo hace imposible, pero lo hace más difícil. Además, a veces el todo no puede ser bien comprendido, Un ejemplo, típico es enseñar a los niños a leer comenzando con las letras. Les lleva mucho tiempo aprender a combinar las letras y llegar a una palabra que por fin tenga un significado para ella. Debido a este enfoque, a algunas personas les resulta difícil comprender ideas globales. Si aprende idiomas extranjeros bajo este enfoque, la memorización de palabras y reglas gramaticales separadas no implica automáticamente que el estudiante pueda hablar y comprender lo que se escuchó o leyó. El proceso de fácil comprensión y habla significativa es lento y complicado. Además, crea un ambiente psico-traumático. Muchas personas pasan toda su vida estudiando un idioma extranjero, pero nunca pueden hablarlo.

De acuerdo, dirán algunos, estudiemos de manera holística. Podríamos usar los dos ejemplos anteriores: enseñar a niños pequeños a leer y enseñar idiomas extranjeros a adultos. La capacidad holística en lectura para niños pequeños implica el método de palabras completas u oraciones completas. Sin embargo, muchos abandonaron este método. ¿Por qué? Debido a que los niños llenan las primeras 10 o 20 palabras y, debido a que no conocen las letras, no pueden leer palabras nuevas o solo pueden leerlas con muchos errores. Además, en este punto, el método holístico vuelve al método tradicional de letras o silabas.

Tenemos una situación similar en la enseñanza de idiomas extranjeros para adultos. Aquí, el enfoque holístico se exhibe en la lectura de libros o en una conversación libre sin el estudio sistemático de la gramática, la fonética, el vocabulario, etc. Los estudiantes hablan, pero cometen muchos errores. De nuevo, se hace necesario estudiar cada uno de los elementos individuales. Sin embargo, ahora esto se hace en la existencia de errores fijos. Si el maestro no es lo suficientemente flexible en su enfoque, este proceso se puede ralentizar sustancialmente.

¿Cuál es la razón de las dificultades con el enfoque holístico? La razón es que no tiene estructura. La capacitación se imparte en grandes partes, pero la estructura se deja a la espontaneidad o al estudio adicional.

Con los enfoques holísticos tradicionales, las dificultades se derivan no solo de la falta de estructura, sino también de la naturaleza misma de su holismo o globalidad. Con ellos, todo se establece de una vez por todas. Se forma en base

al sistema de la disciplina estudiada. No tiene nada que ver con los aspectos específicos de la personalidad en su rica variedad de estados, que a menudo alcanzan la personalidad múltiple.

De acuerdo con el segundo principio de la pedagogía de-sugestiva, el contenido del estudio del contenido de los libros de texto, las ayudas visuales y el método de entretenimiento deben estar estructuradas al tiempo que se conserva la jerarquía en la estructura, pero la parte, el elemento, debe ser discernible dentro del conjunto. Al mismo tiempo, el elemento debe mostrar la idea global de la que forma parte. Además, debe aceptarse la posibilidad de que la idea global se convierta en parte de otra globalidad más amplia y de que la parte se convierta en una globalidad, si el interés y la atención se centran en ella. No me gustaría detenerme en el ejemplo del átomo y el cosmos, donde el átomo puede ser un cosmos por derecho propio.

Más bien, el profesor Lozanov quisiera subrayar que la globalidad podrá cambiar de una manera flexible dependiendo de qué variante de la personalidad, con sus nuevos intereses y emociones, es predominante en ese momento. Es bien sabido, por ejemplo, que nuestras emociones pueden convertir un grano de arena en una montaña. El amor, por ejemplo, puede convertir repentinamente a una persona que para nosotros solía ser solo otro elemento de la comunidad, en un universo entero que da sentido a nuestra vida. Pablo Neruda en sus odas a diversos objetos y vegetales proporciona una ilustración de este cambio dinámico de visión y experiencia, que se refleja en nuestra actitud global subjetiva ante un fenómeno dado. Así, por ejemplo, su oda para un tomate convierte un vegetal, uno de muchos, en el centro de nuestra experiencia. Uno tiene la sensación de que este tomate, repentinamente en el foco de nuestra conciencia y atención, se ha convertido en lo más importante del mundo. Parece que el mundo entero ahora está estructurado bajo la posición jerárquica dominante del tomate.

Por supuesto, estas deliberaciones no cambian los principios básicos de la globalización del contenido del material de estudio. Esto es solo para indicar que la personalidad también agrega algo de sí mismo al proceso. Además, este algo debe ser hecho con el mejor uso.

*El tercer principio* de la pedagogía de-sugestiva sugiere que una vez que tengamos el estado mental necesario según el primer principio, una vez que tengamos la estructuración dinámica necesaria del material de estudio de acuerdo con el segundo principio, debemos crear una configuración psicológica conductiva. Para librar las reservas del cerebro y la mente. Lo que es particularmente importante es que esta configuración debe ser creada espontáneamente por el propio maestro. El dominio del maestro consiste en facilitar el proceso de comunicación de enseñanza-aprendizaje en los niveles de las reservas de personalidades de los estudiantes. Naturalmente, ciertas influencias sugestivas son inevitables en cualquier proceso comunicativo, como se indicó anteriormente. Con pedagogía, de-sugestiva, el entrenador no aplica ni a más mínima presión o insistencia. Simplemente se comunica al borde de las reservas no utilizadas del cerebro y la mente. Así, los estudiantes tienen la sensación de que logran todo por su cuenta; la ayuda del maestro es solo la mano extendida de un amigo. Dicha comunicación es una cuestión de formación y experiencia por parte del formador. (Lozanov, 2005).

## CAPÍTULO V

### EQUIPAMIENTO Y METODOLOGÍA DE LA SUGESTOPEDÍA

Se utilizan tres tipos de medios en la metodología sugestopedica: psicológica, didáctica y artística.

#### A) Medios psicológicos

- La enseñanza y el aprendizaje se organiza como **procesos de comunicación natural**.
- El maestro guía cuidadosamente el proceso de aprendizaje creando acercamientos de grupo, relaciones sólidas y relaciones. Gradualmente los estudiantes comienzan a crear su propia realidad nueva. El profesor crea un ambiente altamente estimulante.
- El maestro está capacitado para usar **herramientas de comunicación no específicas** en el proceso de aprendizaje (primer y segundo nivel de comunicación, uso apropiado de la entonación y el ritmo, creación de condiciones de infantilización, plasticidad infantil, condiciones de concentración concurrente y relajación).
- El maestro utiliza las percepciones perceptivas en el proceso de aprendizaje del lenguaje (señales obtenidas a través de varias entonaciones, expresiones faciales, signos no verbales para el refuerzo de la información verbal, componentes internos del aula, incluidos carteles en la pared, etc.). Confirman y no contradicen los mensajes orales del profesor. Proporcionan retroalimentación sobre la confianza del maestro como fuente de información.
- El maestro crea una herramienta de-sugestiva para liberar al alumno de las normas y los temores y crea las condiciones para aumentar la cantidad de conocimiento y aprendizaje del idioma abriendo complejas reservas de su mente.

#### B) Medios didácticos

- El enfoque Global-Privado se observa a nivel de libros de textos creados artísticamente que contienen lecciones agregadas (globales) (capítulos) y están compuestos de información que es al menos 2-3 veces más que los materiales tradicionales. Los textos globales enfatizan a través de técnicas especiales elementos importantes del sistema lingüístico.
- El enfoque Global-Privado se observa en el nivel de los procesos de aprendizaje, comenzando con la presentación de información lingüística y cultural extensa, analizando los elementos y regresando al texto global para la producción creativa.



- El enfoque Global-Privado se aplica en el aprendizaje al crear oportunidades para la absorción espontánea de fragmentos de texto dentro del conjunto mediante la absorción de elementos a través de partes más pequeñas separadas del lenguaje utilizado y posteriormente, centrarse en ellos y analizarlos.
- El enfoque Global se observa a nivel del curriculum, que contiene habilidades y conocimientos integrados para el aprendizaje pasivo. El plan de estudios también incluye información sobre herramientas artísticas integradas en cada etapa del proceso de aprendizaje de la primera (oración, situación, sentido general) y segundo nivel de gramática (gramática y materiales léxicos, pronunciación, ortografía).

### C) Herramientas de arte

- El arte no es una etapa de performance o entretenimiento en la sugestopedia. El arte está integrado en todas las etapas del proceso de enseñanza y aprendizaje – presentación, práctica controlada y práctica creativa.
- Diferentes tipos de arte integran artificialmente el aula de idiomas. A los efectos del Marco Metodológico, podemos mencionar los más importantes.
- La música clásica se utiliza para la etapa de presentación durante la primera y segunda lecturas de la sesión de concierto cuando se lee la lección global (general) con entonación especial para los alumnos.
- La música clásica y barroca se usa ampliamente como telón de fondo para muchas actividades.
- La música se usa como una señal para el comienzo y el final de una actividad dada, el comienzo y el final de la lección.
- El arte se aplica en forma de canciones didácticas y populares, que se eligen con fines gramaticales, léxicos o culturales especiales.
- El arte se presenta en términos de dibujos y pinturas, fotografías que forman parte integral de los materiales de aprendizaje.
- Los capacitadores también utilizan activamente con información lingüística para activar primero las percepciones centrales de los periféricos y posteriores.
- Por último, pero importante, es la aceptación / mantenimiento de un nuevo rol y la introducción del drama en el aula, que penetra en todas las fases del proceso de aprendizaje.

El arte impregnó todo el proceso de enseñanza en Sugestopedia. El arte mismo es considerado la forma más fuerte de sugestión. Entre muchas características, podemos destacar algunas:

- El arte clásico provoca espontáneamente estados de concentración y relajación, lo que facilita la adquisición de conocimientos lingüísticos y reduce el estrés y la fatiga.



- El arte tiene un fuerte poder motivador, creando una atmósfera altamente estimulante (psíquica y efectiva) en el aula de idiomas con su rica imagen t armonía.
- Proporciona muchas emociones positivas y percepciones periféricas.
- El arte, especialmente la música, tiene una función que libera estímulos y anima a los estudiantes a hablar en un idioma extranjero sin inhibición.
- El arte fomenta la imaginación y la creatividad en el aula.

## CAPÍTULO VI

### FACTORES NO ESPECÍFICOS DE LA COMUNICACIÓN

Como ya hemos dicho; uno de los fundamentos sobre los cuales se construye la Sugestopedia es que la conciencia y la para-conciencia actúan de manera inseparable. Bajo la para-conciencia se puede entender la **reactividad mental inconsciente (no específica)**. Aquí, en clave, todo está fuera de la mente durante un tiempo determinado – percepciones periféricas, estímulos emocionales, actividades automatizadas inconscientes, intuición, inspiración, etc. Como se mencionó en el segundo capítulo de este documento 95% de los procesos psicológicos ocurren en el inconsciente y solo el 5% en la conciencia. Es por eso que el Prof. Lozanov prestó especial atención a su investigación sobre los **factores comunicativos no específicos (inconscientes), que influyen en la reactividad psíquica no específica**.

#### Grupo I: Factores de sugestión de comunicación equitativa.

- **Duplicación**

Existen primer y segundo plan de comunicación cuando dos partes se comunican. El biplano, incluso el multiplano, está relacionado con el comportamiento del sugerente-pedagogo cuando envía información. El dominio del multilinguaje es de gran importancia para el sugerente-pedagogo si quiere lograr resultados quirúrgicos sugeridos que son muchas veces mayores que los que fijan y apoyan la norma pública. **El comportamiento bipolar está relacionado con el prestigio profesional y la personalidad ética.**

**“En cualquier caso, no se debe hacer ningún trabajo sugestivo sin superar la dualidad de comportamiento. Cualquier apresuramiento hacia un trabajo sugestivo, si no se controla el plan doble, está condenado al fracaso” (G. Lozanov, 1971).**

- **Entonación**

En la sugestión y sugerencia, la entonación es considerada solo en sus características de sonido y tono. Se realizaron varios experimentos (G. Lozanov,



1971), que llevaron a las siguientes conclusiones más importantes:

(a) La presentación internacional del material juega un papel positivo cuando se expresa una expresión de autoridad;

(b) La autoridad tiene un efecto positivo en la memoria permanente, cuando encuentra una forma externa aceptable que satisface las expectativas del alumno.

- **Ritmo**

El ritmo es un principio biológico básico. En un reflejo de los ritmos en la naturaleza. Hay un ritmo de 24 horas, ritmo anual, ritmo estacional y más. También hay ritmos cósmicos que afectan a la personalidad de una manera u otra. Los ritmos influyen en las reacciones vegetativas y, por lo tanto, en la vida psicológica de una persona. Para desarrollar aún más la teoría del ritmo Sugestopedico, hemos desarrollado el tema del ritmo que puede encontrarse en el capítulo "La importancia del ritmo".

## **Grupo II: Factores de suggestion de comunicación desigual.**

- **Autoridad /prestigio**

El Instituto de Sugestología ha acumulado un tremendo material experimental y teórico sobre el papel de la autoridad en la realización de la sugestión. El poder de la autoridad es una poderosa herramienta de sugerente. Teniendo esto en cuenta, al organizar el proceso sugestivo de aprendizaje médico, el Prof. E. Gateva y el Prof. G. Lozanov asocian a la Sugestopedia con el prestigio del arte clásico, que ha sido evaluado imparcialmente hasta el momento. Además, no ha sido inspirado en vano a la humanidad durante siglos; ha estado en el corazón de cada civilización posterior. Supera las barreras anti-sugestivas a través de los efectos que ejerce sobre la reactividad psíquica no específica. Crea un estado de psicorelajación concentrada y armoniza los procesos psicofisiológicos. Por supuesto, al organizar el proceso educativo sugestopedico, el arte clásico se entrega de una manera específica, de acuerdo con la teoría general de la sugestión.

El prestigio del profesor es particularmente importante. Se ha demostrado que la autoridad es uno de los factores de placebo más fuertes en Sugestopedia. A través de la autoridad de la fuente de información, las barreras anti-sugestivas de la persona capacitada se superan de manera ligera e imperceptible, y el alumno es más rápido, más liviano, más masivo y más duradero (Suggestología, 1971).

- **Infantilización**

La infantilización en el proceso sugestopedico de aprendizaje no debe confundirse con la infantilización en el sentido clínico de la palabra, ni con el



sentido clínico de la palabra, ni con el infantilismo en la psicología general. La infantilización en el aprendizaje sugestopedico está directamente relacionada con la autoridad. Cuanto mayor es la autoridad, más infantilización se desarrolla. La infantilización es confianza y receptividad por parte del aprendiz. Infantilización debe entenderse como casi la misma que la condición puramente confiable del niño que lee o solo lee cuentos.

- **Pseudo-pasividad/ psicorelajación concentrada / - el momento más importante en Sugestopedia.**

Este es el estado del aprendiz, que la sugerencia persigue a través de la organización general del proceso de aprendizaje. Se caracteriza por una concentración lógica y emocional en ausencia de estrés psicofisiológico, de un estado estresante y se lleva a cabo en el contexto de la armonización de diferentes capas de conciencia y subconciencia. Todos los medios de sugerencia actúan en una unidad inseparable y se determinan mutuamente al contribuir al estado de pseudo-pasividad / psicorelajación concentrada. Todos ellos, sin embargo, se realizan básicamente a través de una reactividad psíquica no específica.

La organización del proceso de aprendizaje sugestopedico crea condiciones para la pseudo-pasividad / psicorelajación concentrada / del alumno, así como para su educación estética. En estas condiciones se relevan con mayor reserva y personalidad y facilita la superación de las barreras anti-sugestivas con una posición creada de confianza y autoridad e infantilización entre el maestro y el alumno.

En el aprendizaje Sugestopedico, los estudiantes y aprendices siempre deben estar "al borde" entre el arte y la didáctica de forma voluntaria y con gusto para "entrar" en el arte Sugestopedico y "salir" de él.

El contenido del curso está globalizado en una serie de temas, que incluyen el material didáctico más importante para la práctica presentado a través de la organización artística del proceso de aprendizaje. Literatura, teatro, música, opera, coreografía, pintura, gráficas, escultura, arquitectura, fotografía, cine y televisión, arte decorativo y aplicado se integran en una forma apropiada a través de la cual se introduce contenido.

En Sugestopedia, la catarsis del arte afecta tanto a los alumnos como a los profesores. Los mecanismos inconscientes de la psique "impulsan" una gran cantidad de partes "suprimidas" de la personalidad que están involucradas en el proceso de entretenimiento desugestivo. Sugestopedia no acude al psicoanálisis o al psicodrama, solo la motivación y los intereses en la materia estudiada "toman" la atención del lugar afectado. La catarsis se produce inconscientemente y no queda rastro.



## CAPÍTULO VII

### LEYES DE SUGESTOPEDÍA

*"La mente no puede adquirir una inmensa cantidad de información. Sin AMOR, ni pensar creativamente sin LIBERTAD.*

*Esta es la trampa de la naturaleza"*

**Prof. Dr. Georgi Lozanov**

Con el desarrollo de la Sugestopedía, el Prof. Lozanov define siete leyes, sin las cuales, la Sugestopedía no sería Sugestopedía. Proporcionan una base amplia para un proceso de aprendizaje eficaz.

De acuerdo con el Profesor Lozanov (Lozanov, 2009) todas las leyes de Sugestopedía actúan solo si hay AMOR, LIBERTAD y el maestro tiene un alto PRESTIGIO personal y profesional.

#### Ley I: AMOR

##### El AMOR en Sugestopedía y cualquier comunicación de aprendizaje se puede interpretar como:

- Amor sincero, respeto y cuidado por los alumnos.
- Amor a la profesión y su profunda misión social y humanista.
- Amor por el conocimiento, la naturaleza, el arte y la vida en general.
- Amarse y respetarse entre las personas.
- Amar y al mismo tiempo, esforzarse por desarrollar la independencia del alumno.

El maestro no puede acceder y no puede abrir el potencial de respaldo de los alumnos si realmente no los ama y no cree en sus habilidades ocultas. Este mensaje se transmite no solo a través de las palabras y la disposición de los maestros para enseñar conocimientos, sino mucho más mediante acciones, gestos, ojos, voz y entonación, a través de los cuales los maestros pueden mostrar su amor y desarrollar sentimientos de confianza duraderos. Los maestros siguen enseñando, pero su orientación es discreta, la corrección cuidadosa es discreta y útil. Para que los alumnos se sientan relajados y seguros en el aula, la relación profesor-alumno debe basarse en la relación padre-hijo.



#### Ley II: Libertad

##### La LIBERTAD en la comunicación sugestopédica puede interpretarse como:

- Alivio de los miedos y ansiedades relacionadas con el aprendizaje.
- Exención de la norma socialmente aceptada que les dice a los alumnos cuánto pueden aprender y recordar durante un cierto periodo de tiempo.
- La libertad, que permite a los maestros adaptar, el aprendizaje, elige la técnica adecuada que sea apropiada para cada individuo y grupo.
- Libertad basada en las necesidades e intereses reales de los alumnos, lo que en última instancia los lleva a la autoconfianza, el autocontrol y autodominio.
- La libertad de los alumnos para elegir en el proceso de aprendizaje entre muchos estímulos, percepciones, propuestas, unidades de información, actividades según sus propias creencias, valores y normas.
- Libertad de comunicación, construyendo relaciones en el proceso de enseñanza y aprendizaje.

La libertad no es un estado en el que el maestro dicta lo que debe hacerse y las reservas que deben estar abiertas. Es un sentimiento espontáneo cuando uno está mejor consciente de sus propias fortalezas, intereses y habilidades; siente las puertas de autorrealización personal abiertas.

Al mismo tiempo, la libertad no significa que la libertad total se da a los alumnos, qué, cuándo y cómo aprender.

##### La libertad va de la mano con un proceso estructurado de entrenamiento en el método Sugestopédico.

También promueve el trabajo individual guiado y útil de los alumnos.

#### Ley III: LA CREENCIA DEL PROFESOR QUE ALGO INUSUAL PASA

Esto representa la quintaesencia (el elemento principal y más esencial) y el objetivo final de la sugestión. Se refiere al proceso de apertura gradual de las **reservas ocultas de cada alumno**. Ha sido formulado de varias maneras por el Prof. Lozanov a lo largo de los años y en su última versión suena como "la creencia del maestro de que algo inusual sucede".



De hecho, hay mucho más en esta redacción de esta ley de Sugestopédia.

**Primero**, requiere la existencia de:

- Expectativas de los docentes sobre su capacidad de reserva de los alumnos.
- Expectativas de los docentes sobre la capacidad de los alumnos para estudiar en el nivel de las reservas.
- Expectativas de que los maestros desaten su propio potencial sin explotar (ideas creativas, nuevos talentos).
- Inspiración por logros espontáneos que exceden la norma socio-sugestiva.

**Segundo**, el proceso de revelar las habilidades potenciales de cada individuo se puede ver al aplicar el **enfoque global y artístico, activando los hemisferios racionales y emocionales, izquierdo y derecho de las mentes conscientes y subconscientes de los estudiantes en los cursos de Sugestopédia.**

**Tercero**, se trata de abrir no solo el lenguaje o las reservas comunicativas, sino todo un sistema de reservas en la enseñanza y el aprendizaje.

El sistema de reservas se muestra en:

- Incrementar la capacidad y eficiencia de la memoria, la habilidad de los alumnos para recordar y utilizar una gran cantidad de unidades léxicas y estructuradas gramaticales.
- Incrementar la capacidad de memoria y la habilidad de memorizar grandes cantidades de contenido (cultural, histórico, geográfico, social, etc.).
- Incrementar la actividad de los procesos mentales y creativos en el proceso de adquisición y uso del lenguaje.
- Mejora del tono emocional, interacciones grupales, un ambiente positivo en el aula.
- Mayor rendimiento del habla mejora de las capacidades de comunicación y socialización.
- Puntos de vista enriquecidos del mundo, ideas culturales, intereses en expansión.
- Falta de fatiga, tensión y capacidad de trabajo mejorado.
- Mejora de los parámetros de salud.



En conclusión, cabe señalar que el sistema de reservas cerebrales siempre funciona en la unidad de los aspectos pedagógicos, psicológicos, sociales y psico-higiénicos, como se muestra arriba.

#### **Ley IV: MULTIPLICAR MATERIAL AUMENTADO**

Esta ley prevé una mayor cantidad de material didáctico **al menos dos o tres veces en comparación con los métodos tradicionales.**

El material didáctico en los libros de idiomas que lo acompañan está estructurado en **unidades globales**. La información léxica, gramatical y significativa se amplió y agrupó por temas y situaciones entrelazadas en **la trama del libro**. El estudiante aprende la información en diferentes niveles de **atención activa y pasiva**, en diferentes niveles de conciencia/subconciencia. Este es una forma rápida y efectiva de adquirir y procesar grandes cantidades de información sistematizada para fomentar habilidades basadas en situaciones de la vida real.

La razón para presentar una gran cantidad de información del estudio para cada próxima lección global debe encontrarse en varias direcciones interrelacionadas. Ya hemos mencionado la necesidad de estructurar el material de manera que permita su absorción activa y pasiva. La gran cantidad de información supera los límites de la atención activa de la que son capaces y gran de la información va al subconsciente. Además, a través de la alta carga de información, desafiamos la capacidad mental y el potencial de los alumnos, su capacidad para crear relaciones, crear más asociaciones y mejorar sus capacidades de memoria.

Por último, pero lo más importante es que la mayoría de las unidades de información otorgan más libertad a los alumnos individuales para elegir, eligen lo que necesitan de acuerdo con sus intereses, habilidades y actitudes.

La introducción de grandes cantidades de material de aprendizaje es posible gracias a la evolución de la historia (trama), anclada en cada libro de texto propuesto que parece una pieza de literatura o trabajo. Contiene personajes de la vida real que actúan en situaciones muy reales.

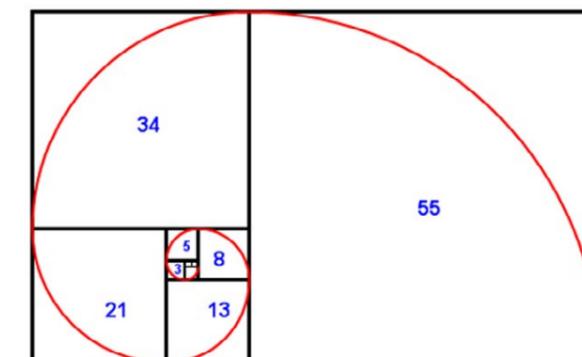
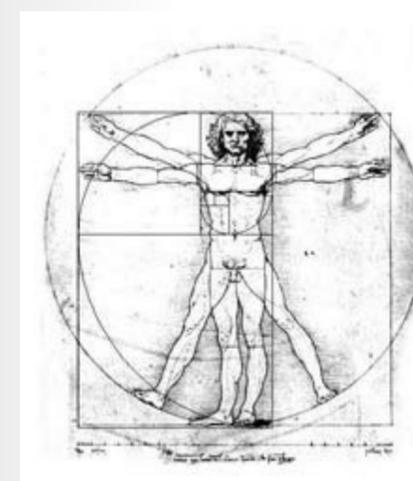
Por ejemplo, el primer capítulo del libro de texto en inglés "Retorno" contiene aproximadamente 800 colocaciones múltiples (colocaciones) de elementos léxico y frases, estructurales gramaticales y funcionales entrelazadas en la trama. El papel de todas estas cosas hace que el almacenamiento sea más fácil y más agradable. La presentación y disposición del material léxico, gramatical y funcional está estructurada de una manera específica que se considera en el desarrollo de materiales sugerentes. El extracto del libro de texto le dará una idea de la gran cantidad de material lingüístico entretejido en actos de comunicación.

### Ley V: GLOBAL-PARCIAL; PARCIAL-GLOBAL

Según el professor Lozanov, la ley establece la dirección de la enseñanza y el proceso de aprendizaje y se denomina la Parte Global; la Parte Global – de lo global a la parte. Un enfoque global para el desarrollo del aula y la presentación en el aula tiene un papel principal. Los profesores y diseñadores de materiales primero dan una imagen completa del fenómeno estudiado y sus características más importantes. El aprendiz experimenta, construye y preservar la imagen global en su mente primero. Por ejemplo, en situaciones de enseñanza de inglés, presentará el presente simple o perfecto en el contexto y uso más típico, y solo más tarde se enfocará en una variedad de formas y elementos, los explicaremos, repetiremos y nos uniremos. Cuando presentemos un tema global, como la cultura del país, presentaremos una lección global con los eventos más típicos – las obras de arte. Solo más tarde nos enfocaremos en diferentes períodos y elementos, enriqueciendo así la información. Lo que sucede después es el uso del enfoque privado, el enfoque en los detalles del tema global, después de que el capacitador ya haya escuchado y comprendido la imagen global y los vínculos entre sus elementos. El maestro llama atención del aprendiz hacia lo privado lo alienta a descubrir sus rasgos, su conexión con lo global (lo general). La siguiente etapa involucra la práctica intensiva de elementos en el nivel de reproducción y producción, pero lo que hace a la Sugestopedia diferente en nivel es que lo privado (el elemento) prácticamente nunca está completamente separado del todo. La práctica siempre tiene lugar en el contexto de la historia del libro de texto y el juego de roles que el alumno ha adoptado. Finalmente, resumimos las características más importantes de la lección global, que representa la etapa final de la transición global-parcialmente-global, presentándolas en la sala de aprendizaje (y en algunos casos probando el nivel de conocimientos y habilidades adquiridos). Esta vez, aunque el "todo" se entiende en un nivel más profundo, está enriqueciendo con nuevos elementos y lo más importante es que el conocimiento se aplica de manera creativa en muchas actividades prácticas.

### Ley VI: LA PROPORCIÓN DE ORO

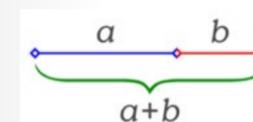
La siguiente ley específica está estrechamente relacionada con el arte, que establece que la **"proporción de oro" se aplique** en todas las etapas de la enseñanza y el aprendizaje en Sugestopedia. La proporción de oro está presente en la belleza de la naturaleza, en las proporciones del cuerpo humano. Se encuentran en obras maestras de arquitectura, pintura y música de fama mundial. Es un símbolo de belleza armonía y perfección, y se puede encontrar en muchos lugares de la naturaleza y la vida. Leonardo da Vinci dedica gran parte de su trabajo a la investigación en proporciones doradas. También se conoce como la **"sección dorada"**, **"cruz dorada"** o **"proporción divina"**.



Fibonacci Sequence: 1, 1, 2, 3, 5, 8, 13, 21, 34, 55, 84, ...



La Proporción Dorada es un número irracional en matemáticas, que expresa la proporción de dos partes a la que se aplica la proporción: la parte más pequeña está relacionada con la parte más grande, tanto como con el todo. Se expresa mediante la letra griega  $\phi$  y tiene un valor de aproximadamente 0.618. También se puede expresar con el valor recíproco de 1.6180.



$$b/a = a/a+b = 1/\phi = 0,618034...$$

$$a/b = a+b/a = \phi = 1,6180339...$$



El matemático italiano Leonardo Fibonacci publicó en 1202 una serie de números, cada uno de los cuales se obtiene como una suma de los anteriores:

1,1,2,3,5,8,13,21,34, 55 .....

Se observa una coincidencia sorprendente en el hecho de que el orden numérico de Fibonacci, la proporción de cada número y el siguiente en la línea de ramas a la sección dorada:

2/3 0,66....

3/5 0,6

.....

21/34 0,61...

Cuanto más grandes sean los números, más cercana será su proporción a la sección dorada.

En cualquiera de las dos variables que están en la relación **0.6180 34 ... (1.618033 ...)** o en ciertos grados de esta relación, están en la **"mejor relación"**.

Por ejemplo, si desea calcular que proporción de Budd es su estado de vigilia para establecer su sueño en un día para obtener la proporción dorada (en armonía), debe dividir X horas (en toneladas de una sección mayor), (es decir el estado de despertar) / 24 horas (día total) y es igual a 0,61803. De esta manera obtenemos aproximadamente 15 horas. En este caso, el estado de sueño debe ser de 9 horas para estar en armonía. Y de hecho, los fines de semana dominamos en el almuerzo son nuestros días más armoniosos.

dormir desvelo

dormir / desvelo = **24 horas = 0.6180**

por lo tanto, el estado de alerta =  $24 \times 0.6180 = 14.83$  o aproximadamente 15 horas

La ley del universo requiere que la pedagogía también busque establecer



el equilibrio y la armonía a nivel de metodología, materiales de enseñanza y la organización del proceso de aprendizaje. La proporción de oro se puede aplicar en muchos lugares en el proceso sugestopedico de aprendizaje.

En particular, el método Sugestopedico intenta buscar:

• **Balance entre las duraciones de la sesión de concierto activa y pasiva**

- Primera sesión de conciertos – activa / pasiva = 50:30 minutos;
- Las otras sesiones de concierto – activa / pasiva = 40:25 minutos;

- Cambios en el tiempo, el ritmo y la dinámica (rápido, lento, moderado, alto, bajo, medio);
- La duración de las dos etapas de desarrollo;
- Cambio de las fases activas del trabajo.

• **Balance emocional - lógico**

Esto no significa alterar las etapas emocionales y lógicas del aprendizaje, al tiempo que se integran los aspectos lógicos y emocionales de la personalidad humana. No olvides que las emociones agradables estimulan una mayor actividad intelectual.

• **Balance de conciencia e inconciencia en la organización de la lección.**

Esto significa que el maestro debe desarrollar un sentido de ingredientes conscientes y paranoicos en el proceso de aprendizaje. No debe ponerse énfasis en la conciencia material, no solo en la percepción intuitiva.

• **Globalización inter-sujeto**

Esto significa que los temas globales no solo deben cubrir el vocabulario y la gramática de la lengua extranjera que se está estudiando, son que también deben contener contenido de aprendizaje de otras áreas temáticas del país, como historia, geografía, arte, etc., para integrar el contenido de aprendizaje en el aprendizaje de un idioma extranjero.

Esto incluye:

- Integración de enfoques holísticos y parciales.
- Proporciones en la estructura de los materiales de aprendizaje.
- El sentimiento de proporciones doradas en el entorno de aprendizaje.



- El uso de una fuente que está cerca de la sección dorada / presente trabajo está escrito en la fuente LATO, que investigamos como la más cercana a la sección dorada.

## Ley VII: ARTE CLÁSICO

La siguiente ley específica de la Sugestopedia se refiere **al uso del arte clásico** en todas sus formas, en todas las etapas del proceso de enseñanza. La Prof. Dr. Evalina Geteva, que aporta arte y estética en Sugestopedia, experimenta con más de 100 obras musicales y más de 150 obras seleccionadas de este arte, que se integra en el proceso de aprendizaje y materiales de enseñanza. Crea las siguientes **formas sugestivas de arte:**

- Melodrama y recital musical para presentar nuevo material;
- Operas sugestopedicas para niños;
- Canciones didácticas artísticas;
- Sugestopedica artística creada de libros de texto / libros dramáticos;
- Formas de arte visual.

**El arte clásico** en la mayoría de los casos:

- Acerca de presentar y validar el currículum;
- Para crear condiciones para la psico-relajación;
- Para aumentar el alcance de la respuesta positiva;
- Para el enriquecimiento con el estímulo emocional;
- Para armonizar los conocimientos científicos como el arte, el lenguaje y la música;
- Para introducir estética en todo el entorno de aprendizaje.

En el caso de las siete leyes descritas anteriormente, Sugestopedia / Reservado sólo se puede realizar si:

- El volumen del material es grande
- Está estructurado íntegramente, todo-parte, parte-todo, todo en parte, parte en todo.
- El profesor tiene una alta autoridad y persuasión (credibilidad).
- El profesor tiene realistas en términos de tiempos de resultados muy altos.
- El profesor ama a todos los estudiantes y sus sentimientos de liber-



tad.

- El uso del arte en el proceso de aprendizaje.
- La dinámica del aprendizaje del proceso siempre es la ley de la tolerancia de la oferta de oro (G. Lozanov, 2009).

## CAPÍTULO VIII

### CURSO DE SUGESTOPEDÍA DE LA ASIGNATURA DE ENSEÑANZA - ¿CÓMO SE HACE?

Los principios específicos y la metodología de la Sugestopedia determinan la naturaleza específica de la enseñanza de aprendizaje y el proceso de aprendizaje en el aula de idiomas.

Cada **curso sugestopedico** se ha hecho de tres partes importantes:

#### A. Preparación

#### B. Capacitación

**La capacitación** se compone de "n" numero de ciclos sugestivos. Cada **Ciclo Sugestopedico** consiste en las siguientes partes:

1. **Introducción**
2. **Sesión de concierto**
3. **Desarrollo**
4. **Presentación**

#### C. Análisis

#### Preparación

El comienzo de cada curso preparatorio Sugestopedico está precedido por una preparación diligente realizada por el profesor y el personal de apoyo. Primero, el maestro realiza entrevistas con todos los estudiantes para obtener información sobre su nivel de idioma, necesidades y expectativas, personalidad, preferencias de aprendizaje, etc.

Luego, la decoración estética del aula requiere una serie de tableros gramat-



icales y léxicos bien posicionados presentados en la escena de la naturaleza (paisaje, flores, etc.). Incluyen fotos, reproducciones de pintura clásicas, placas con información cultural, materiales de enseñanza, traducciones y un conjunto de artículos artísticos, accesorios y formas de presentación de informes.

## Capacitación

### 1. Introducción

En un curso de lenguaje sugestopedico, la primera introducción que hace el profesor es una parte clave de toda la capacitación. Representa la primera reunión del profesor y los alumnos, y tiene como objetivo no solo introducir un montón de material didáctico nuevo, sino también predisponer a los alumnos, participar en la aventura que los espera, configurarlos de forma positiva y finalmente, superar algunas de las barreras que podrían aumentar.

La lección global en el aprendizaje de idiomas extranjeros por Sugestopedia suele ser un capítulo del libro de texto. Es, como ya se mencionó, como una obra literaria, más a menudo una obra de teatro. Cada próxima introducción es la primera reunión con el nuevo material que se estudiará en los próximos días.

La primera introducción al comienzo de cada curso es más larga, debido a la aceptación de nuevos roles por parte de los alumnos y la inmersión en el guion. Este es un momento único y memorable en Sugestopedia cuando el maestro y todos los estudiantes eligen un nuevo nombre, nacionalidad, profesión, etc. Y entrar en un juego de rol continuo que dura hasta el final del curso.

Desde el principio, todos están comprometidos con la comunicación para conocer y sentirse relajados sobre el nuevo idioma. Desde el principio, cantan, bailan y juegan juego, todo en actividades bien estructuradas enfocadas en el idioma extranjero. La fase de introducción también tiene como objetivo desarrollar el nuevo material lingüístico y de contenido en la lección global de aprendizaje activo a través de breves explicaciones, el uso de murales y canciones didácticas. También brinda orientación sobre la línea histórica en el encabezado del libro de texto y aumenta las expectativas de los estudiantes.

Por lo general, los periquitos duran unos 20 minutos, excepto el primer día del curso, que dura más de 50 minutos.

### 2. Sesiones de concierto

#### 2.1. Sesión de concierto activa

En un estado de mayor motivación y expectativas, los alumnos se familiarizan con el nuevo material en el contexto de la música.

Esta es la primera sesión famosa o la primera sesión de concierto en la que el profesor se pone de pie y el texto literario se lee lento y solamente en armonía con la música elegida por los compositores clásicos y preclásicos (Mozart, Bee-



thoven y Haydn).

La selección especial de conciertos se basa en la investigación (Gaute, 1982, 1991). Se instruye a los estudiantes para que sigan el texto junto con la lectura rítmica del maestro. Los maestros que utilizan el Método de Sugestopedia están sujetos a un entrenamiento psicológico, musical y vocal especial para armonizar el programa de idiomas con el ritmo, la dinámica, el ritmo y el tono de la música. Sin embargo, lo más importante es la capacidad del profesor para escuchar y adaptarse a la interpretación de la orquesta como una de sus herramientas. Parte de ello debe ser la capacidad de expresarse con claridad y se le otorga una forma diferente a cada sonido, palabra y frase para hacer cortes significativo y segmentación (separación) del texto.

### 2.2. Sesión de concierto pasivo

El profesor realiza la segunda lectura del mismo material didáctico durante la segunda sesión de concierto de música barroca (Handel, Vivaldi y Bach). Esta vez, los libros están cerrados y los alumnos disfrutan por completo de un flujo de sonidos calmantes y rítmicos. El profesor se sienta cómodamente y mantiene una conexión visual con los estudiantes. A diferencia de la primera sesión de concierto, la entonación y el ritmo de los maestros suenan completamente naturales para expresar la vida real y los personajes del libro de texto. La articulación (gestos) sigue siendo clara y comprensible. Los alumnos están familiarizados con el contenido de la historia, pero aún escuchan las mismas palabras y expresiones a través de diferentes entonaciones y patrones de ritmo que hacen que memoriza y recordar. Al final de la lectura del segundo concierto, el efecto de relajación se completa.

## 3. Desarrollo

### 3.1. Desarrollo primario

El primer desarrollo de una nueva lección global (la **fase reproductiva**) tendrá lugar durante los próximos dos o tres días. Pasa por varias fases y siempre trata con partes separadas del texto (el texto se divide en unidades significativas). Su objetivo es revivir y actualizar la lección global presentada en la sesión de concierto. Desarrolla las habilidades de lectura de los estudiantes, su comprensión del texto, su pronunciación, su memorización de partes completamente léxico-gramaticales. Lo más importante es que, en una atmósfera positiva y emocional, el maestro crea una sensación de confianza en la cual el gran volumen de material podría ser fácilmente dominado.

#### a) Fase de lectura y pronunciación

El profesor puede comenzar a tocar / pronunciar varias partes separadas



de la lengua extranjera (la parte correspondiente del texto) utilizando diferentes patrones de entonación que se parecen a la música clásica o la entonación natural de la situación. Los alumnos repiten después del profesor y tratan de recordar el significado. En general, se recomienda que en todas las etapas iniciales se refieren a la traducción en su idioma nativo. Los alumnos repiten a coro (clases enteras, grupos más pequeños) e individualmente. Las entonaciones humorísticas también se aplican con frecuencia – el humor y la risa se consideran un parte esencial del proceso de aprendizaje.

Los estudiantes y los profesores leen cada parte de la lección global en sucesión. Los alumnos repasan la traducción del texto. **La primera lectura es lenta y recuerda la primera sesión de concierto.** Se utilizan diferentes técnicas de lectura. La primera lectura es solo coro, y los estudiantes individuales leen oraciones y situaciones graduales. Se presta atención a **diferentes entonaciones** (por ejemplo, fuerte, silencioso, lento, rápido, triste, alegre, burlón, halagador, etc.). **Se puede prestar atención a las diversas actividades,** (por ejemplo, cuando aparece la palabra en negrita o una palabra resaltada – golpee sus manos, camine con los pies, levántese, toque la oreja, gire la cabeza, etc.). La redirección de la atención está de acuerdo con la técnica de doble plan de la memoria de comunicación sugestiva que se activa y la detención es mejor cuando el aprendizaje ocurre en el “segundo nivel”. El primer plan trata con una tarea similar a un juego o estudio de caso. Los juegos no deben ser complicado. Se utiliza para el entretenimiento, son una parte esencial del aprendizaje. Jugar juegos recrea el ambiente de una infancia feliz (“infantilización” significa comunicación sugestiva) pero tiene en cuenta las características psicológicas y las necesidades de estudiante adulto.

El profesor también aplica una variedad de diferentes tareas de lectura, tales como: correr para encontrar palabras y frases, leer de un lado a otro, leer en una sola cadena, etc. En ciertos momentos, el maestro da una breve explicación de la regla de lectura, proporciona más ejemplos y dirige a los estudiantes a la sección gramatical del libro de texto Sugestopedía.

### b) Fase de traducción

El profesor invita a los estudiantes (**provocar**) una **segunda lectura de cada parte. Se elimina la traducción** (Esto es solo un recordatorio de que la Sugestopedía se creó para clases multilingües). La segunda lectura es más rápida y los estudiantes presentan individualmente al leer los roles. Intentan imitar personajes en la historia colocando diferentes ropas, accesorios (sombreros, lentes de sol, bufandas, pelucas), etc. Al hacerlo, los estudiantes individuales pueden ofrecerse como voluntarios para traducir oraciones y párrafos. La traducción de los párrafos también se puede hacer como un trabajo grupal. Se pueden crear clubes de especialistas de lectura y traducción. Lo más importante es respetar el principio de juego / actividad y mover la atención del primero (juego) al segundo nivel (lenguaje) y viceversa. Además, mientras se trabaja en los detalles, la atención de los alumnos siempre se dirige a lo general – la trama, el guion y los roles que desempeña.

### c) Trabajando en áreas lingüísticas o de contenido



Durante la segunda lectura del texto en lugares apropiados, la atención de los estudiantes se ve atraída por los paradigmas gramaticales (modelos) en el lado derecho. Se pueden leer rítmicamente, las graduaciones se pueden vincular a diferentes gestos. Los paradigmas gramaticales (modelos) se aplican a través de canciones y bailes simples. Los elementos gramaticales están codificados con gestos, movimientos, símbolos, objetos. Al mismo tiempo, los fenómenos gramaticales en la Sugestodía siempre se derivan y tratan en el contexto de las historias / situaciones en el libro. Para el uso de estructuras gramaticales, el profesor vuelve a aplicar diferentes juegos: juegos de limitación (adivina la tensión), contando un cuento a través de una tabla, línea de tiempo, juegos de pelota (para preguntas y respuestas), juegos de cartas, juegos de dados, ordenando oraciones y párrafos, etc.

La activación (desbloqueo) de la gramática y el vocabulario se lleva a cabo de una manera estrictamente planificada y siempre se basa en momentos clave del desarrollo de la historia en el Libro de Sugestopedía.

Sugestopedía utiliza una gran cantidad de juegos de vocabulario tales como comercio (compra y venta de artículos), juegos cognitivos (asociación) (conocimiento de letras, palabras, frases, nacionalidades, profesionales, etc.), trabajo en grupos y la formulación de un número de categorías (sinónimo, codificación y decodificación de oraciones por números y otros símbolos, juegos de memoria, juegos en cadena, etc.) lo que hace diferente a la Sugestopedía al usar juegos es que estos juegos no son una parte separada del proceso de aprendizaje en lugar de una etapa. En segundo lugar, tratan con grandes cantidades de material y mejoran significativamente la memoria. En tercer lugar, siempre están estrechamente relacionados con los personajes y la historia del libro, lo que crea una motivación natural para la participación.

En el desarrollo orientado lingüísticamente, el maestro también alienta muchas tareas de situación y transformación al reemplazar palabras, cambiar el género de los verbos, hacer declaraciones en pregunta / oraciones negativas. De este modo, las frases se hacen removibles, separables del libro y los estudiantes se sienten más independientes en la transición a etapas más creativas de trabajo. Del mismo modo, el profesor se ocupa de las áreas de contenido, por ejemplo, información sobre la cultura del país.

### 3.2. Segundo desarrollo

La transición entre el primer y el segundo desarrollo es muy delgada. El objetivo del segundo desarrollo es crear oportunidades para el uso personalizado del lenguaje en situaciones nuevas. Los juegos de rol basados en el libro se vuelven más complicados, pero crean nuevos obstáculos que requieren una nueva solución, la nueva clave de la nota del traductor, que a su vez requiere una combinación creativa de recursos del lenguaje. Los estudiantes pueden hacer su propia versión de las historias en el libro de texto, agregar más detalles, expresar sus opiniones y oponerse a las vistas.



#### 4. Presentación

La etapa más creativa del proceso de desarrollo es la llamada performance que tuvo lugar durante las últimas dos horas antes de la nueva sesión de conciertos. Los estudiantes se preparan en casa temas hablados y claves de la elección global anterior. Algunas parejas pueden preparar un diálogo. Durante la presentación, cada uno participa en un monólogo o diálogo. Muy útiles son las historias con algunas grabaciones que se hacen en casa y no están preparadas al mismo tiempo porque son originales, personales y durante la fase de presentación, el profesor y otros estudiantes hacen preguntas que causa discusiones no planificadas. Además, el profesor a menudo introduce una pequeña asignatura y pide a los estudiantes que la integren en su historia, lo que crea oportunidades para hablar de manera informal.

#### JUEGOS Y TAREAS

- ¿Quién es el creador de Sugestopedia?
- ¿Qué es la Sugestología, Sugestopedia y Desugestopedia?
- ¿Cuáles son las bases sobre las cuales se contruye la Metodología Sugestopedica?
- ¿Cuáles son los principios de Sugestopedia?
- ¿Cuáles son los recursos de Sugestopedia?
- Visualizar las leyes de la Sugestopedia
- Dibujar un mapa mental del ciclo Sugestopedico de enseñanza.

#### PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Al final de su entrenamiento en la metodología "NEWave in learning" será necesario desarrollar y presentar un mini ciclo sugestpedico sobre un tema elegido. Le deseamos un trabajo éxitos e inspirado durante el entrenamiento.



#### BUENAS PRACTICAS

#### Resultados del aprendizaje de idiomas extranjeros para adultos, medido en el Instituto de Investigación Científica de Sugestología del Ministerio de Educación y Ciencia (1966-1992)

Del "Curso de Sugestopedia - Desugestivo" (G. Lozanov, 2005)

Como se ha dicho, el entrenamiento Sugestopedico, cuando se organiza adecuadamente, debe revelar el Complejo de Reserva Sugestopedica. Esto significa que no solo el aprendizaje del nuevo material debe ser significativamente más frecuente, más duradero y mejor en el nivel creativo. También es necesario obtener siempre resultados tanto educativos como psicológicos.

Los resultados medidos desde un punto de vista médico se han convertido en la base para el desarrollo de un completo sistema sugestopedico como una dirección psicoterapéutica. Sin embargo, los resultados de aprendizaje, con su volumen, durabilidad, enfoque creativo y poder de motivación secundario atraen la mayor atención de los especialistas. Fueron publicados en varios informes o informados en conferencias y simposios sobre Sugestología y Sugestopedia, Sofia (1971), Moscow (1974), Ottawa (1974), Washington (1975).

Es posible que existan diferentes variantes del aprendizaje sugestopedico en idiomas extranjeros – desde varias horas a la semana hasta una inmersión total en el ambiente sugestivo de un idioma extranjero. O es el número de horas, sino la organización psicológica del proceso de aprendizaje.

Si tomamos los cursos más comunes de sugestión de idiomas extranjeros de 25 días, 4 lecciones al día, sin tarea o solo 15 minutos por la mañana y lecturas informativas por la mañana, podemos aumentar los siguientes resultados:

1. Se inscribe un promedio del 90% del vocabulario por curso que abarca 2000 unidades léxicas.
2. Más del 70% del vocabulario nuevo adquirido es competente en el nivel activo y se usa liberadamente en el habla coloquial, mientras que el vocabulario restante se ordena en el nivel de transferencia.
3. Se habla dentro de toda la gramática básica.
4. Se lee cualquier texto.
5. Escribir con errores es posible.
6. Algunos errores de habla no interfieren con la comunicación adecuada.
7. La pronunciación es satisfactoria.



8. No hay temor al contacto con extranjeros que hablan el mismo idioma.
9. Hay un fuerte deseo de seguir aprendiendo en los mismos cursos.

Esto se aplica a los estudiantes novatos que nunca antes han aprendido el idioma. Por supuesto, con los alumnos que tienen una comprensión preliminar del idioma, los resultados son mucho mejores. Aproximadamente este ritmo es seguido por el uso del nuevo material en cursos posteriores.

#### **APLICACIÓN PRACTICA**

El objetivo de los métodos "NEWave in Learning" (creados en base a los métodos sugestopédicos de enseñanza) y la capacitación, haciéndolo acompañar, es equiparlo con el conocimiento y las habilidades para desarrollar su propio contenido de aprendizaje de idiomas, para enseñarles el camino de forma rápida fácil y alegre que conduce a resultados mucho más altos.

Sugestopedia, como un sistema que está científicamente fundamentado y probado experimentalmente, ocupa una parte particularmente grande del presente trabajo.

Podrás aplicarlo completamente a tu trabajo enriqueciéndolo con las sugerencias de teorías pedagógicas y prácticas psicológicas.



#### **CAPITULO IV**

#### **COMO EL CEREBRO APRENDE RAPIDO / COMO APRENDE RAPIDO EL CEREBRO**

*"Aprender a aprender es la cosa más importante que podemos hacer. "*

**Harold Kerry**

### OBJETIVOS DEL TOPICO

Después de que puedas familiarizarse con el tema, podrás:

- Organizar de forma estructurada, concisa y clara el conocimiento sobre como aprende el cerebro;
- Aplicar los principios del método de “aprendizaje acelerado”
- Presentar el contenido de aprendizaje a través de los mapas de pensamiento de Tony Buzan.

### VERIFICACIÓN DE LA COMPRESIÓN

En un grupo o por usted mismo, discuta y anote las respuestas a las siguientes preguntas y tareas:

- Escribe lo que sabes sobre cómo aprende el cerebro.
- ¿Qué factores crees que acelerarían el proceso de aprendizaje?
- Listar tantos estilos de aprendizaje como sea posible.

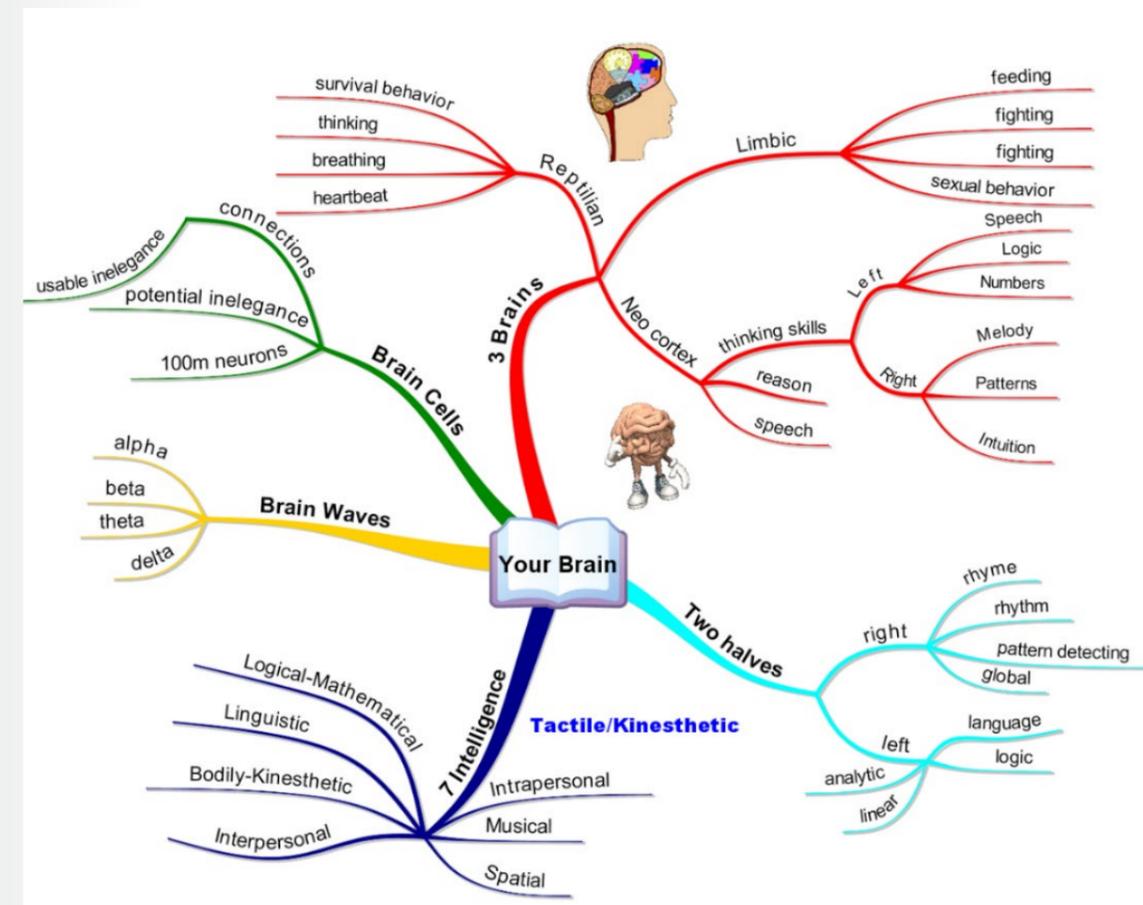
### CONTENIDO

Durante el desarrollo de la sugestión y sugestopía en los años 70s del siglo pasado, el Prof. Dr. Lozanov comenzó su profundo conocimiento en el campo de la fisiología del cerebro como psiquiatra y neurólogo en la Academia de Ciencias de Bulgaria. Los principales hallazgos científicos sobre los que construye el sugerente sistema de enseñanza se pueden encontrar en el capítulo “Sugestopedia”.

En los último 10 años, los científicos han descubierto muchos datos sobre como el cerebro está aprendiendo. Para el propósito de una enseñanza efectiva, un buen entrenador está familiarizado con la capacidad cognitiva del cerebro.

Para ilustrar la información, usaremos los mapas mentales de Tony Buzan (The Mind Map Book, Tony Buzan) para demostrar como la información compleja se vuelve fácil de entender y recordar para las personas que no son especialistas en el tema. Se recomienda que las tarjetas mentales de Tony Busan se usen en cada caso conveniente en la profesión docente. Esta es otra gran herramienta de aprendizaje con la que se familiarizará en el proceso de trabajo.

fig. 1



- El cerebro consta de tres partes – Neo-corteza, reptil y cerebro límbico, en el que se realizan diferentes procesos cerebrales.
- La neo-corteza consiste en hemisferio izquierdo y derecho.
- El cerebro irradia ondas alfa, beta, zeta y delta. Las ondas zeta y beta se transmiten en el estado del sueño. Se emiten ondas luminosas y ondas alfa. Las ondas alfa son características del estado de relajación.
- El cerebro está formado por millones de neuronas (células), conexiones entre ellas (sinapsis) donde se llevan a cabo impulsos electroquímicos con la ayuda de sustancias químicas llamadas neurotransmisores y la posibilidad de conexiones neurales.



fig. 2

### Your Three Brains

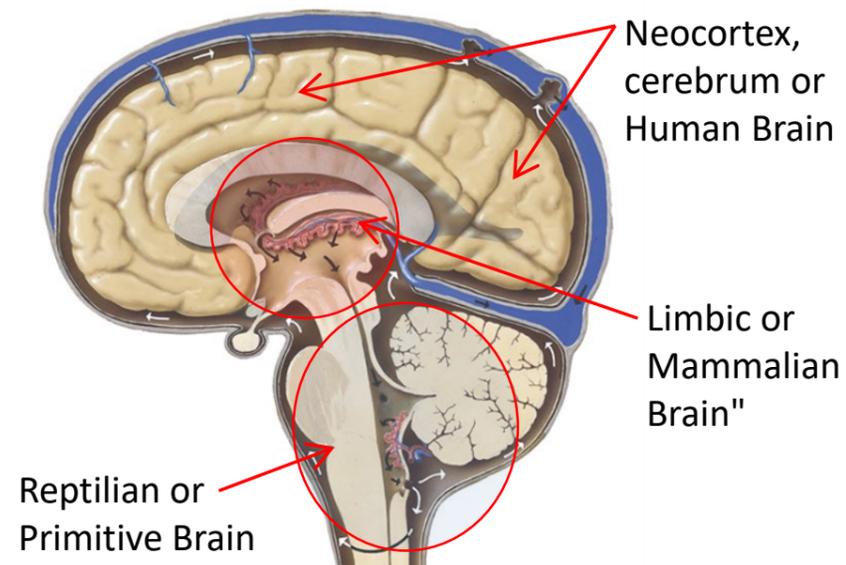


fig. 3

### Your Three Brains 2

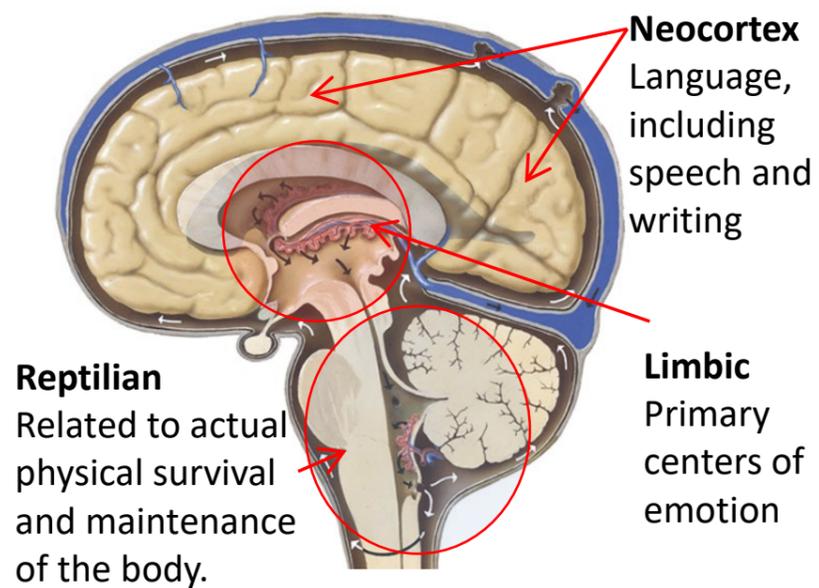
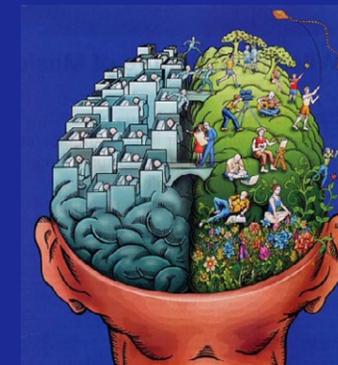


fig. 4

### Left and Right Brain

#### Left Brain

Logical  
Sequential  
Rational  
Analytical  
Objective  
Looks at parts



#### Right Brain

Random  
Intuitive  
Holistic  
Synthesizing  
Subjective  
Looks at wholes

Photo Source: Wired Magazine

fig. 5

### Your Memory

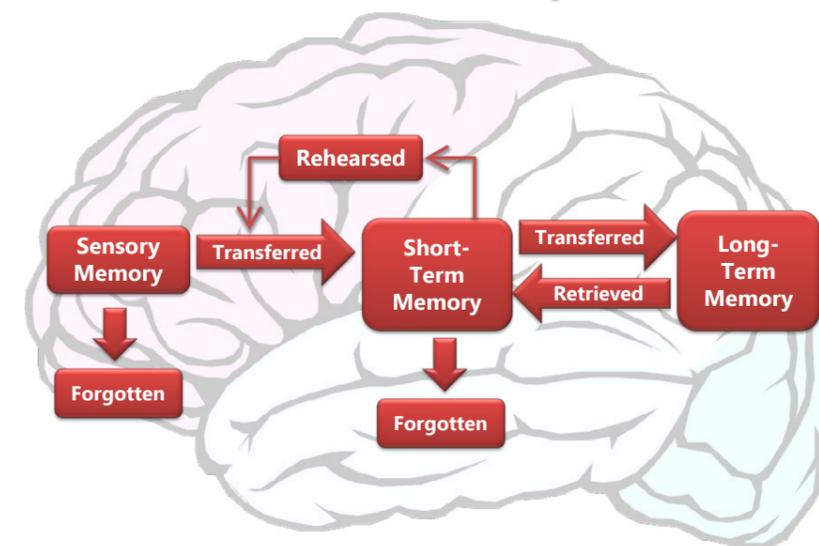


fig. 6

## 6 Step M. A. S. T. E. R. Plan To Accelerated Learning

- 1 – Relaxed Mind
- 2 – Acquire Facts
- 3 – Search Out The Meaning
- 4 – Trigger Memory
- 5 – Exhibit What You Know
- 6 – Reflect On What You Know



fig. 7

## 1 – Relaxed Mind

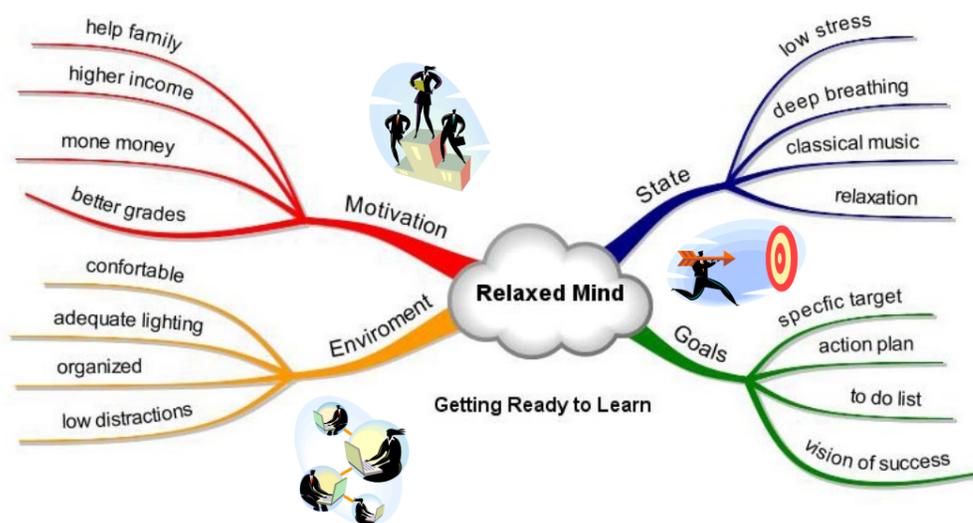


fig. 8

## 2 – Acquire Facts

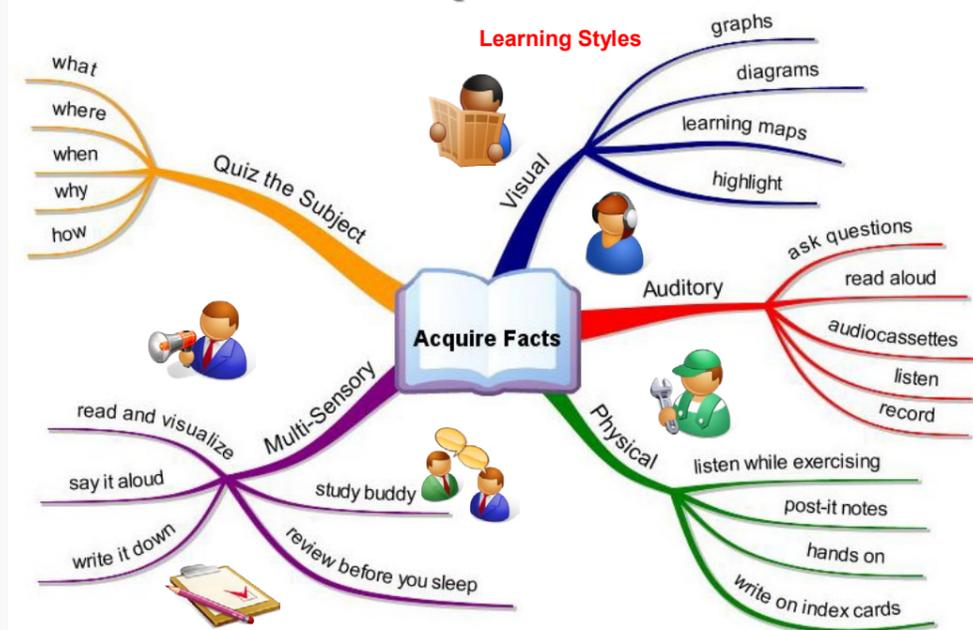


fig. 9

## Learning Styles



Find a subject's natural order of learning

- Our eyes can process much faster than our ears.
- Processing a picture is much faster than reading a paragraph with its hundreds of symbols.
- Pondering the meaning of new information is crucial to mastering it. Ponder time should be up to the student, not the teacher or the electronic delivery.

fig. 10

# Multi-Sensory Learning

On an average we remember...



fig. 11

## 3 – Search Out The Meaning

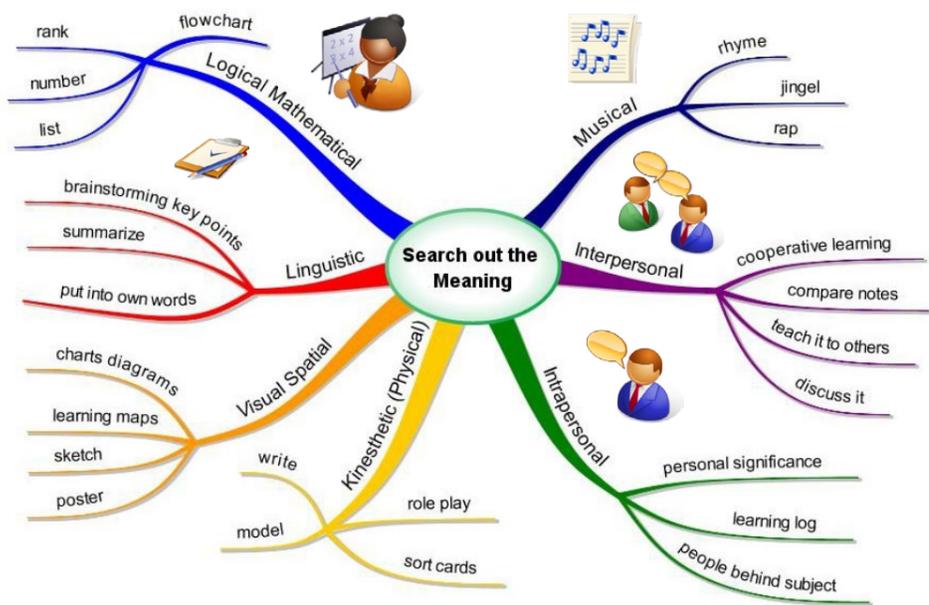


fig. 12

## No Learning Without Emotion!

Emotion forms the cement of memory Emotion generates the motivation for learning

- Pondering adds emotion to what is being learned
- Positive and productive emotions aid learning
- Negative emotions can block learning
- When a purposeful choice is required, emotion comes into play
- Something viewed as valuable brings emotion to the table



fig. 13

## 4 – Trigger Memory

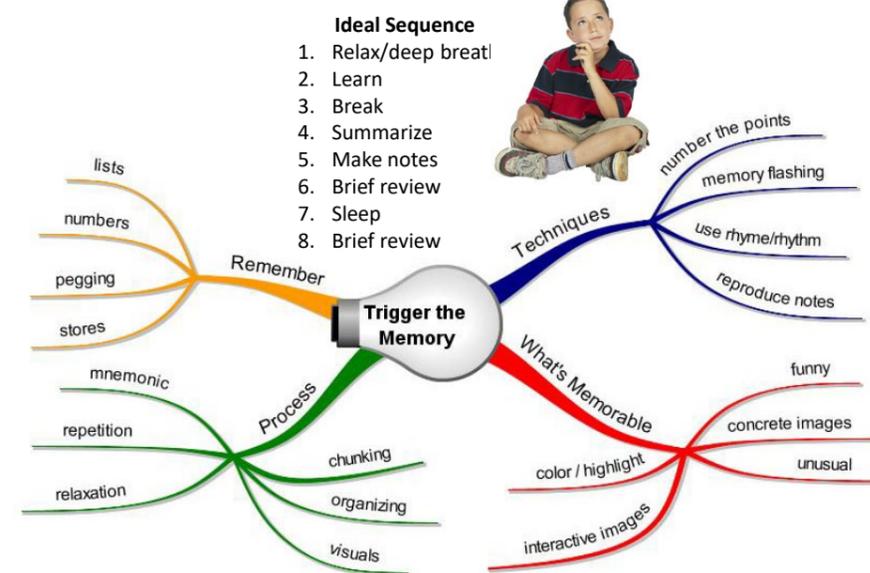


fig. 14

## 5 – Exhibit What You Know

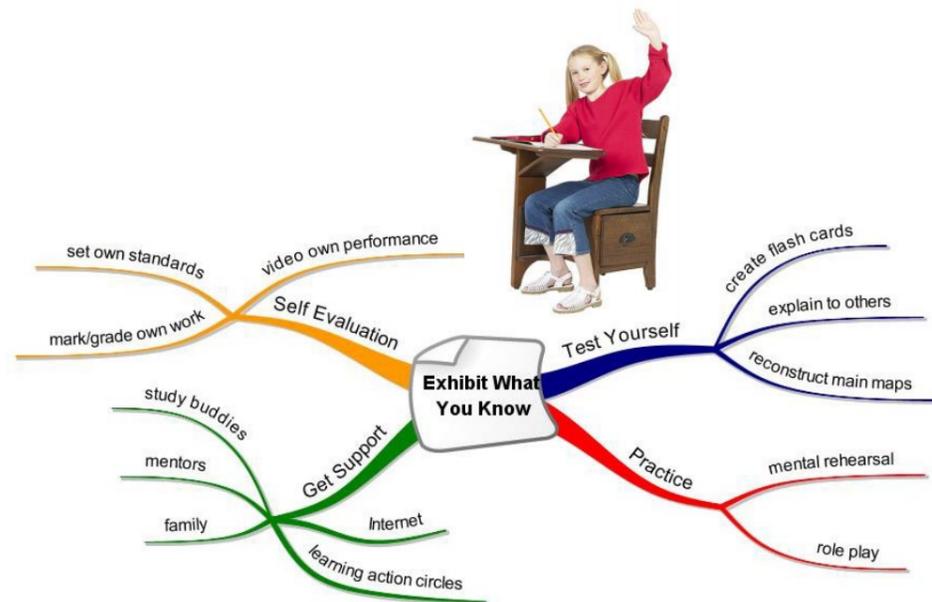


fig. 15

## 6 – Reflect On What You Know



## Summary

1. You can learn **anything you want to learn**
2. Learning **how to learn** is the most important thing you can do
3. You can **learn faster** by knowing how the brain works
4. To **earn more** you need to learn more
5. You can **achieve any goal** by developing the skill needed to achieve it

with **Accelerated Learning**

### JUEGOS Y TAREAS

- ¿Qué pasos del plan M.A.S.T.E.R de aprendizaje acelerado hemos utilizado en el desarrollo de este capítulo?
- Marque con un marcador en las tarjetas mentales los elementos de aprendizaje en "conocimiento es el aprendizaje del cerebro" que usa consciente o inconscientemente en su trabajo de la enseñanza
- ¿Qué cambiarías en tu trabajo para hacer que el hemisferio derecho sea más activo?

### PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS DE APRENDIZAJE

- Crea un mapa mental común de todo lo que recuerde de este tema

## MAPA MENTAL Y TERMINOLOGÍA BÁSICA

### 6 Step **M. A. S. T. E. R.** Plan To Accelerated Learning

- 1 – **R**elaxed **M**ind
- 2 – **A**cquire **F**acts
- 3 – **S**earch **O**ut **T**he **M**eaning
- 4 – **T**rigger **M**emory
- 5 – **E**xhibit **W**hat **Y**ou **K**now
- 6 – **R**eflect **O**n **W**hat **Y**ou **K**now



## BUENAS PRACTICAS

El “aprendizaje acelerado” es un sistema de aprendizaje estadounidense, cuyo padre es la sugestopedia, creado hace 30 años por profesores estadounidenses, quienes tuvieron el honor de recibir la capacitación del profesor Lozanov. Hace dos años visitaron Bulgaria por nuestra invitación y nos presentaron el desarrollo del sistema de aprendizaje acelerado. Su práctica es muy exitosa y aplican el sistema de aprendizaje acelerado, tanto en educación de adultos como en escuelas y corporaciones. Puede encontrar más información sobre el aprendizaje acelerado en [www.realeducation4all.com](http://www.realeducation4all.com)

## APLICACIÓN PRACTICA

“Solía ser la principal diferencia entre las personas de nuestra sociedad y entre los que “tiene más” y aquellos que “tiene menos”. Hoy, sin embargo, la diferencia entre aquellos que “tienen más” y los “que tiene menos” de acuerdo a Brian Tracy”.

Aprender a aprender debe tener prioridad sobre lo que aprendemos...

Aprender a pensar lógicamente y creativamente es fundamental si queremos resolver problemas personales y sociales complejos de manera efectiva.

La comprensión de como el cerebro aprende de manera rápida, fácil y eficiente es de particular importancia para el futuro sistema de enseñanza que tiene el desafío de preparar a los aprendices para las profesiones del futuro. Estudios muestran que cerca de 83,000 empleos desaparecerán en el futuro. Al mismo tiempo, la información se distribuye en el universo digital, lo que equivale a más de 50 gigabytes para cada persona en la tierra. La población de la tierra es de aproximadamente 7.5 mil millones.

La metodología “NEWave in learning” actual, además de brindar herramientas para aprender a aprender, también proporciona una metodología para adquirir de 3 a 5 veces más información que el estándar estadístico promedio actualmente adoptado.

## Capitulo V

### FACTORES DEL ENTORNO EDUCATIVO INFLUYENTES EN EL PROCESO COGNITIVO

*“Los sentidos son el instrumento para conocer el mundo”*

**Albert Soesman**

## OBJETIVOS DEL TOPICO

Después de familiarizarte con el tópico podrás:

- Describir cuales son los factores que influyen el proceso cognitivo del entorno educativo;
- Usar el nuevo conocimiento en sus prácticas pedagógicas.

## VERIFICACIÓN DEL ENTENDIMIENTO

- ¿Qué piensas, cuáles son los factores de influencia del proceso cognitivo en los entornos educativos?

## CONTENIDO DE LA INTRODUCCIÓN

Una persona percibe la información del mundo exterior mediante los sentidos. **Los sentidos son la herramienta para conocer el mundo**, que deben ser analizado y considerado al mismo tiempo. Desde la antigüedad se conocen los cinco sentidos – **visión, oído, sentido del olfato, gusto y tacto**. Algunas teorías pedagógicas, como la de Rudolf Steiner, y algunas investigaciones contemporáneas, identifican más sentidos, pero nosotros nos enfocaremos en los conocidos como visión, oído, sentido del olfato, gusto y tacto.

Todos estamos conectados al mundo gracias a nuestros órganos sensoriales. Las personas tienen una ilusión de acceso inmediato al mundo mediante sus sentidos, pero esta sensación no es cierta. Nosotros no podemos entender el mundo a menos que nuestros sentidos transmitan sus señales al cerebro. Todos los procesos ocurren en nuestro cerebro. El cerebro no tiene acceso al mundo exterior. Atrapado en la cámara oscura y silenciosa de nuestro cráneo, nuestro cerebro nunca ha tenido experiencias directas con el mundo exterior y el nunca va a estar ahí. La única forma en que esta información llegue al cerebro. **Los órganos sensoriales – los ojos, los oídos, la nariz, la boca y el sentido del tacto actúan como traductores**. Capturan fotones, ondas de aire, presión, temperatura y los convierten en impulsos y señales electroquímicos. De estos impulsos obtenemos una imagen, un sonido, un sentimiento, etc. **Toda la idea del mundo se reproduce en nuestro cerebro**, con un cierto retraso, el cerebro



necesita sincronizar las diferentes señales sensoriales, porque el cerebro las procesa por un tiempo diferente. De acuerdo con David Igelman – neurocientífico de la Universidad de Stanford, significa que nosotros no percibimos la realidad física si no una interpretación de ella, reproducida desde nuestro cerebro con cierto retraso. Nuestros rezagos conscientes del mundo físico. El próximo evento está a una distancia de nuestra experiencia consciente de ello. **Nuestra experiencia de la realidad es creación definitiva del cerebro.**

El profesor Lozanov – el desarrollador de segestopedia, en el cual la metodología de los pasos “Nuevo en el aprendizaje” habla sobre como el entorno sugestopedico como parte importante de la educación sugestópica, pero en sus trabajos, no podemos encontrar información completa para los elementos del entorno educativo y su percepción de los sentidos humanos (más precisamente del cerebro humano). Es por eso que nuestro equipo quiere enriquecer la teoría sugestopédica con la siguiente información, que debe tenerse en cuenta en los cursos educativos.

El entorno en el que vivimos, nos comunicamos y aprendemos está formado por colores, formas, materiales y muchos otros elementos, **que estimulan nuestros sentidos. Estos crean diferentes emociones y revelan diferentes cualidades dependiendo de cómo se combinan.**

La pregunta es cómo los profesores pueden crear las condiciones adecuadas para el uso de todos los sentidos en los procesos educativo como fuente de información y conocimiento para el mundo exterior y para sacar conclusiones en los procesos del monitoreo de su exhibición.

## APRENDER LOS FACTORES DEL ENTORNO QUE AFECTAN AL PROCESO COGNITIVO

### Factores percibidos por la visión:

- colores
- luces
- formas
- imágenes
- vestimenta

### Factores percibidos por la audición:

- música
- ruido de fondo

### Factores percibidos por el sentido del olfato:

- olores
- aire

### Factores percibidos por el sentido del tacto:

- temperatura del aire



- humedad
- mobiliario
- fabricas
- vestimenta

## 1. Factores percibidos por la vista

### 1.1. Color

Desde las formas de comunicación no verbales **el color es el método más corto y rápido** de entregar mensajes y conocimiento. Antes de apreciar el lado estético de los colores, hay muchos más aspectos prácticos de comunicación con el color. Nuestra sobrevivencia depende de nuestra capacidad de distinguir objetos y/o señales de alerta, animales, plantas o naturaleza no viviente y el color es una parte integral del proceso de identificación. A demás de todo lo demás el color estimula y funciona sinérgicamente con todos nuestros sentidos, simboliza ideas y pensamientos abstractas, expresa fantasías o deseos, busca palabras en otro tiempo y lugar y **causa respuestas estéticas y emocionales.**

De acuerdo con Rudolf Steiner, **la infinita riqueza de los colores tiene un impacto liberador y terapéutico**, que ayudan con el alma al encontrar su orientación y activar la voluntad humana. Es difícil describir que tan crucial para el futuro de la vida humana es la habilidad avanzada para sentir los colores. Hablamos de riqueza interna no de la habilidad que podríamos tener en nuestras manos. Rudolf Steiner dice que todo el mundo cambia a los ojos de aquellos que aprendieron a sentir y entender el lenguaje de los 79 colores, **no de una manera intelectual, sino con profundo entendimiento y sentimiento de la cuestión de los colores.**

### La coloración

La coloración en el entorno de diapositivas espaciales es considerado como **un sistema completo de múltiples colores.** El color está directamente conectado al espacio. Los mismos autores definen la cultura del color como cultura de utilización del espacio. El uso del color en la arquitectura y en el diseño de interiores es tan común que hay especialistas de la coloración.

### El color y el espacio

Depende de la situación de la forma del volumen espacial en el espacio, el color puede cambiar mucho su actividad. En el caso de la **lejanía** del espectador **la actividad del color** de la forma **reduce** y se percibe como **fría.** En el caso opuestos **la adhesión del color mejora y adquiere un tono más cálido.**

### El color y el claroscuro

**El claroscuro** puede ser más fuerte y tener mayores cambios activos en el impacto de los colores. En **la parte resaltada**, de colores son **más intensos y sombreados** – la intensidad disminuye hasta el **efecto acromático** (se pierde la percepción del mundo exacto).

### El color, la forma geométrica y estereométrica

Algunos investigadores encuentran conexiones asociadas entre el color y la forma geométrica. El peso y la opacidad en **el color rojo** son asociados con el peso y la estática del **cuadrado**. El carácter sin peso del triángulo relacionado con el **color amarillo** y la continuidad del **circulo** con el **azul**. Se considera que el **trapezio** correspondiente con **el color naranja, el triángulo con picos redondeados con el color verde y la elipse con el color violeta**. En las formas estereométricas, **el color rojo** se relaciona con **el cubo amarillo – la pirámide y el azul – la esfera**. Hasta cierto punto, las asociaciones descritas podrían explicarse con las características del color habituales de las formas de la naturaleza, son parte de la visión genética formada por el ser humano.

### Efecto emocional de los colores

**“El papel de los colores en todas las formas de vida es demasiado obvia como para negarlo o descuidarlo”** Faber Birren afirma – el colorista explorador estadounidense. Algo más – tiene parte en la comunicación humana, dicen los consultores de color actuales. Dado que el **55% de los humanos su comunicación es expresión visual y percepción y solo el 7%** verbal, **imagina el papel de los colores en nosotros**. ¿Pero qué hacen realmente? Los colores son la parte más elusiva de la comunicación, esa parte te hace sentir y reaccionar espontáneamente en lugar de pensar y analizar.

De acuerdo con las declaraciones científicas, **son energía pura** que da vida porque es una forma de luz. Estamos influenciados por los colores que nos rodean y las personas con las que nos comunicamos están influenciadas por los colores en que nos presentamos. El interior de una habitación, los tonos de nuestra ropa pueden hacer que una persona confíe en nosotros desde el primer momento o le haga sentir tensión durante nuestra comunicación. Los colores son un elemento muy importante en el interior de las habitaciones y en la ropa del maestro.

El concepto de impacto de colores fue desarrollado por Johann Wolfgang von Goethe. De acuerdo con el, todos los colores oscuros descansan y los colores claros excitan a medida que influyen a nivel físico y psíquico. Se ha comprobado que los colores influyen en la presión sanguínea – esta puede bajar con los colores azul y verde y subir con el amarillo y el rojo.

El color rojo siempre influye en la condición física, amarillo – en la condición mental y el gris en las emociones.

Observando diferentes tipos de personas Faber Birren, la aplicación del experto en color, concluyo que los que introvertidos son menos sensibles a los colores. Por lo contrario, las personas que son más emocionales reaccionan

adecuadamente a los colores. Las personas que prefieren el color gris prefieren descansar mientras que los adictos al trabajo lo evitan.

### Rojo

A la vista del color rojo desencadena la pituitaria. Se envía un mensaje químico a las glándulas suprarrenales y libera la hormona epinefrina (adrenalina). Esto lleva a una respiración superficial, incremento en la presión sanguínea, pulso rápido, palpitations. Estos procesos son fisiológicos y no podemos controlarlos. Como resultado, el color rojo está conectado indeleblemente con el cerebro humano, con emoción y altos niveles de energía. Los tonos cálidos son fuertemente estimulados y el color rojo crea un efecto más poderoso.

### Rosa

Dependiendo de su valor y brillo el color rosa adquiere agrega una variedad de cambios de humor. Los colores rosados vivos, impactantes o calientes comparten el mismo efecto fuertemente energizante que el color rojo. Revitalizan y crean sentido de movimiento y pasión salvaje. El color rojo crea asociaciones con los sabores y olores dulces, la salud y el optimismo – “Mirar el mundo a través de los lentes color rosa”

### Anaranjado

El color naranja es considerado el más caliente de todos – brillante y vibrante. Juguetón, sociable, alegre e infantil. Los niños entre tres y seis años son adictos a este al igual que los adolescentes. El color naranja tiene parte del drama del rojo, templado por el alegre humor del amarillo. Los tres colores influyen en el sistema nervios autónomo que a su vez estimula el apetito

### Amarillo

En cualquier sociedad el color amarillo está conectado al brillo y al calor del sol. El amarillo se compara con la imaginación y la iluminación. En sus variantes de luz tenue, es percibido como vivaz y suave al tacto y en sus tonos más saturados y brillantes – más energizantes y atractivos a la vista.

A diferencia de otros colores que se hunden en la saturación, el color amarillo se vuelve más vivo. Es asociado con los sabores cítricos, agrídulces. De todas las combinaciones de colores en la naturaleza, las personas no pueden descuidar el color amarillo y negro debido a su asociación con el peligro.

### Café

Café es el color de la tierra, está conectado con el hogar y la tierra, la materia y la sostenibilidad. A pesar de que es percibido como un color aburrido, el café crea una sensación de tranquilidad y calidez. Es muy importante en la industria alimentaria como característica del chocolate, el café, el pan, etc.



## Azul

El color azul es fuertemente asociado con el agua y el cielo, por eso es está en constante presencia en nuestra vida. Se relaciona con la confiabilidad, la seguridad, la responsabilidad, inspira verdad y confianza. Cuando nuestra vista es dirige al color azul el cerebro manda señales químicas que actúan como sedante. El azul es la elección perfecta de color para los espacios que requieren concentración, relajación o meditación. Los tonos de azul fuerte adquieren prestigio y credibilidad, mientras que las variaciones más brillantes – dinamismo, dramatismo y vivacidad.

## Verde

Todos los colores en el aspecto visible, el verde ofrece la gama más alta de posibilidades, Los todos azul-verdosos siempre dan una respuesta positiva y aunque se consideran fríos, conducen a asociaciones agradables para el césped y el calor de las aguas tropicales. El color verde está asociado con la naturaleza en general y es su símbolo. El color verde menta actúan refrescante. Los tonos oscuros están asociados con el dinero, prestigio y seguridad. Los colores amarillo-verde son brillantes y atraen la atención a todos los niños les gustan, aunque pueden estar asociados con síntomas y enfermedades El color verde en general tiene un efecto refrescante y calmante.

## Purpura

El color purpura es magnífico pero el color complejo preferido por muchos personajes creativos y excéntricos. Puede tener diferentes significados – desde complejos y meditativo hasta real. Al mismo tiempo es sensual y espiritual, combinado del color rojo y el azul, el color purpura es misterioso, nostálgico y elegante.

## Colores Neutrales (acromático)

Tonos naturales como el beige, gris y gris con tintes marrones dan una sensación fiabilidad. Están asociados con el tiempo, la antigüedad y la resistencia de las construcciones antiguas. Los colores neutrales son sólidos, duraderos, atemporales y sobre todo – clásicos. Son considerados “seguros” e independientes.

## Blanco

El color blanco simboliza la pureza y simplicidad. El color blanco puro es el símbolo del minimalismo absoluto. El ojo humano percibe el blanco como color brillante por su capacidad de reflexión. Sirve bien como un contraste.

## Negro



El color negro es asociado con los misterios de las noches. El negro es dramático, fuerte, elegante, moderno y costo. Estas asociaciones positivas son más comunes que las que están conectados con la pena, el dolor y la angustia. Como un color que devora negro claro pesa más visualmente que los otros colores. El color negro y el blanco son la combinación perfecta de contraste de potencia y claridad, potencia y pureza

## 1.2. Iluminación



Diferentes fuentes de luz provocan diferentes emociones en las personas. Se ha demostrado que **el aspecto de luz afecta el estado de ánimo de las personas y la percepción** sobre los objetos circulares. Cuando mayor sea la temperatura de calentamiento de la bombilla y cuanto más aspecto tenga de **color azul, más claro percibirán los ojos** el contorno de los objetos. Tal efecto visual, tienen las **lamparas fluorescentes**. Por el contrario, **las fuentes de luz a baja temperatura no permiten que los ojos se concentren** en las imágenes y eliminan los contornos.

Procediendo de esta forma podemos seleccionar el ambiente de una u otra habitación y después podemos especificar las fuentes de luz.

Para un ambiente alegre, festivo, luminoso o una atmosfera de negocios es mejor elegir lamparas de alta temperatura - fluorescentes o halógenas, mientras que para ambientes relajantes y cálidos mejor seleccionar fuentes de bajas de temperatura con luz amarilla.

Mucha gente usa diferentes luces en una misma habitación – para la iluminación del ático principal seleccionan lamparas de alta temperatura y para las paredes de baja temperatura.

Cuando elegimos accesorios de iluminación y lamparas, debemos tomar en cuenta los colores del interior: paredes, muebles, alfombras, etc. de lo contrario la luz amarilla cálida de las bombillas puede transformar el color azul del interior en gris, y la luz azul fría de las bombillas puede arruinar la buena impresión de los muebles. Bajo las luces brillantes de color azul y sus matices se ven más oscuros y los colores verde, rojo y anaranjado se ven más brillantes. La intensidad de la luz hace que el color violeta, sea rojo oscuro con tono de vino, el rojo se vuelve más intenso y el azul pierde su brillo.

La luz podría usarse como antidepresivo si observa algunas condiciones importantes para su uso: la fuente central debe emitir luz blanca y la iluminación adicional (lámparas de piso y lámparas de pared) – luz amarilla.

**La luz es el factor clave para lograr la atmósfera deseada.** La combinación adecuada de la cantidad de luz y de la gama de colores es una necesidad para el buen diseño interior.

**El diseño de las habitaciones es de gran importancia.** Por ejemplo, una habitación expuesta al este con luz brillante temprano en la mañana se verá radicalmente diferente por la noche bajo la luz artificial. La habitación expuesta al oeste, que es iluminada por la luz dorada de la puesta de sol puede parecer incolora y oscura en la mañana. Cuando no seleccionan los colores correctos, los diseñadores de interiores aconsejan pintar las paredes primero de blanco y después de ver cómo la luz natural afecta en el interior puedes cambiar el color de las paredes.

Las habitaciones que dan al norte deben de ser confortables. La luz es constante y débil, por lo tanto, estas premisas se utilizan en talleres de bellas artes en el entorno de capacitación, pero si no los son en el interior se verá más claro en los colores pálidos y cálidos. Los tonos apagados se ven bien en diferentes tipos de yeso de las paredes.

**Las habitaciones que dan al sur** se ven bien en tonos neutrales, combinados con azul o gris. Las cortinas blancas traslucidas suavizan la fuerte luz solar y protegen los muebles u la alfombra contra la decoloración y al mismo tiempo la habitación permanecerá suficientemente bien iluminada. Si usas colores cálidos como el amarillo, anaranjado y rojo, es mejor si eliges tonos más claros, las paredes se verán bien en todos los tonos pálidos.

**La exposición oriental de la habitación** requiere del uso de cortinas herméticas para el dormitorio, pero en un ambiente educativo es mejor elegir cortinas traslucidas, se las hay. La combinación de colores cálidos en los gabinetes y la luz brillante de la mañana le dará energía a las personas.

### 1.3. Forma

**La forma y la formación de la forma** en el diseño es esencial y se subordinan primero a la función de la materia. En la esfera del diseño, la formación de formas es una cuestión de organización. Por supuesto, **cada forma lleva un mensaje, una emoción, un acto** y cambia el espacio a su alrededor, interactuando con él.

**El ambiente sugestopédico**, en el sentido de los muebles y los objetos,



debe ser una continuación de la concepción del método, es decir, que lo determine él; para brindar tranquilidad, comodidad, para que todos los participantes puedan usar fácilmente, es decir, que sean multifuncionales y/o en principio modular, que sean acogedores y amigables. Las formas suaves y redondas en combinación con colores apropiados deben contribuir a un ambiente seguro de tranquilidad y comodidad. La inspiración de la naturaleza es una buena opción.

Cuando hablamos sobre la forma y la formación de la forma no podemos perder la **composición**. La composición es un instrumento para lograr, a través del arte y el diseño, **la adaptación mental y emocional de una persona en el mundo**.

Las leyes de la **composición** son análogas a las leyes de la percepción del espacio y el tiempo desde la psique humana. Cumplen plenamente con las leyes de la psicología y la obedecen totalmente.

**La ley para el conjunto:** la composición debe de organizarse de manera que se un sistema orgánico unificado.

**La ley de la parte:** esta es la elección de los elementos principales, de las partes de la composición.

**La ley de los contrastes:** para la unidad y la lucha de los opuestos.

### 1.4. Imágenes

Las pinturas y los paneles en las paredes son la principal fuente de información en el proceso educativo. Si una pintura te hace que te sientas bien, se debe a la **combinación de colores, las imágenes y los sentimientos del artista**.

#### Los colores de las imágenes.

Si eliges una pintura para las paredes de la sala de educación, debe de preferir una en la que predominen **los tonos claros**. Son más beneficiosos y amantes de la paz. Le gustaría tener una pintura en tonos oscuros, tal vez este estresado o estos son los primeros signos de depresión. Es bien sabido que los diferentes colores que hay nos afectan de manera diferente: los colores azul y verdes relajantes crean armonía en el cuerpo y curan los nervios, mientras que los colores estimulantes (rojo, anaranjado y amarillo) dan energía a las personas cuando están cansadas y exhaustas.

#### Imágenes

No puedes sentir bien, si la pintura está en tonos agradables, pero la imagen es algo triste (flor descolorida o un pájaro con el ala rota). La sonrisa en la cara de un retrato **brinda optimismo** y tiene una mejor influencia en la persona que



lo contempla, que una pintura hermosa, pero con rostro triste.

## Las imágenes curativas

De acuerdo con las enseñanzas ocultas, las pinturas portadoras de energías específicas influyen en nuestra salud física y mental. En el caso de una selección adecuada de los colores, tendremos un efecto curativo en todo el cuerpo humano y en diferentes órganos. Los símbolos comunes en ellos son la monada, la doble hélice (con forma de "S"), crea un campo de energía positiva. Fuente conocida de inspiración, meditación y curación son las mandalas, creadas con el espíritu de las creencias tibetanas. Tienen la forma de un círculo, círculos concéntricos, figuras en círculos, etc. Cuando las personas los observan, sienten una oleada de felicidad. Se pueden ahogar o hacer de diferentes materiales.

### 1.5. Vestimenta

Cada tipo de prenda tiene su historia y una razón histórica para ser lo que es hoy. Conocer los tipos básicos de ropa y sus aplicaciones adecuadas le ayudarán a elegir diariamente su ropa, así como a elegirla para diferentes eventos especiales. Debes tratar tu ropa con especial atención y pensamiento. **Todos los días, mientras decides que vestir, decides el cómo presentarte con las personas que conoces. Saber porque usas ciertas prendas y que mensaje subconsciente envían a las personas es poderoso.** Incluso algunos de los diseñadores, cuando crean nuevas colecciones de ropa son moderadamente valientes, teniendo en cuenta las preferencias de los clientes.

Por ejemplo, si usas un bata blanco que pertenece a un médico, su atención a los demás aumentar considerablemente. Pero si usas un delantal blanco que pertenece a un artista, tal cambio en su comportamiento no ocurrirá. Los científicos que estudian la llamada cognición asociada con la ropa o con los efectos de la ropa para adquirir conocimiento y resolver problemas afirman que tal efecto solo se logra si se pone una única prenda y uno se da cuenta del simbolismo que conlleva. Por ejemplo, los médicos se preocupan y prestan atención a sus pacientes, pero, por otro lado, son muy exigentes. El resultado de esta investigación es una prueba más de que pensamos no solo con nuestras mentes si no también con nuestros cuerpos.

En sugestopedia, la ropa y los accesorios son de gran importancia. A través de la ropa, el proceso de vestirse y cambiarse de ropa el maestro tiene la oportunidad de jugar un papel diferente cada vez. Al vestirse para la lección particular, se estimulan los diferentes sentidos de los alumnos. Por lo tanto, es extremadamente importante que la ropa durante la lección pueda influir emocionalmente e impresionar a la audiencia. Y es así, el proceso de recordar es mucho más fácil. Durante las sesiones de concierto en sugestopía la vestimenta obligatoria es solmene.



## 2. Factores percibidos por la audición

### 2.1. Música

*"La música es el único lenguaje universal que no necesita traducción.*

*En este lenguaje el alma le habla al alma."*

**B. Auerbach**

Además de la palabra la gente puede dar información a través de la música, por lo tanto, el método de la sugestopedia para la educación tiene muchas canciones y su propósito, además de puramente estético y emocional, es también didáctico. Otro canal en el que fluye la información, por lo tanto, es la sugestopedia también hay danza. El arte clásico está seriamente cubierto en este método. Las sesiones de concierto, con música clásica como fondo, so la singularidad del método. También se utilizan imágenes y películas – toda la riqueza de la humanidad de la gran escena se utiliza con un método sugestopedico y está disponible para los estudiantes y profesores.

Estudios médicos muestran que mientras se escucha música, en el cuerpo de las personas se libera la hormona de la **endorfina**. Esta es una hormona natural de la felicidad en el cuerpo humano. Cuando las personas escuchan música, primero la perciben y se procesa en el tronco cerebral. Este proceso toma lugar en el **inconsciente** del individuo, Las personas se dan cuenta de la información y pueden percibir cuando llegan a la corteza auditiva. Los niños que tratan con música, por instante, **no tienen dificultades para aprender otros idiomas** y después de eso hasta la edad avanzada no tienen problemas de audición. Las personas que se dedican a la música tienen la capacidad de **concentrarse más rápido y más fácil**.

La música es un tipo de estímulo para el cerebro. La lista de efectos positivos de la música en el cuerpo es muy larga, pero sobre todo hace feliz a las personas. **"La música es el puente entre la emoción y los cognición"**, según Mary Terventieni, investigadora de Helsinki, quien estudia los beneficios de escuchar música en el tratamiento de trastornos neuropsicológicos. Se dio cuenta del a rápida recuperación de los pacientes que escucharon diferentes canciones y melodías en comparación con los que están en un tratamiento sin música. Cuando escuchas música el cuerpo humano emana diferentes hormonas que hacen feliz a las personas, también estimula el sistema inmunológico y tiene un efecto positivo en la terapia. Otros estudios demuestran que la música mejora el autocontrol y la cooperación, incrementa la competencia emocional y las habilidades de un individuo **para aprender nueva información rápidamente**. Estimula las funciones ejecutivas. Esta es la habilidad que las personas necesitan para controlar su comportamiento. De acuerdo con los científicos la música afecta al cerebro humano debido a que su percepción participa en el sistema límbico del cerebro. Las emociones son procesadas en esta parte del cerebro. En otras palabras, la música afecta al individuo desbloque diferentes emociones en él. Una melodía puede hacer felices a unos y a otros tristes. La experiencia de las emociones en el proceso educativo lleva a la memorización permanente de la



información inconscientemente.

En la realidad cambiante de hoy para la realización en el mercado laboral, hay cualidades más importantes como la imaginación, la creatividad, la capacidad para trabajar en situaciones de ambigüedad y complejidad y la capacidad de evaluación crítica. La educación musical desarrolla no solo estas cualidades, si no también habilidades y hábitos para el monitoreo, involucramiento de todos los sentidos en el aprendizaje, resolviendo problemas a través de la investigación, la capacidad de hacer conexiones, identificar imágenes, mostrar empatía, crear significado, sintetizar el conocimiento, reflexionar y evaluar.

### 3. Factores percibidos por el sentido del olfato.

#### 1.1. Olfato

La información recibida de todos los órganos sensoriales se procesa en ciertas áreas del cerebro. Se afirma que **el sentido del olfato está estrechamente conectado con la transmisión de información y su memorización** y es nuestro sistema sensorial más fuerte. Nuestro sentido del olfato no es solo "para el lujo". Para asegurarnos de que es verdad, veamos algunos detalles sobre la información olfativa. El centro del olfato del cerebro ha recibido el nombre de "bulbo olfativo". Sus células son capaces de recuperarse a lo largo de la vida humana. Esto significa que el centro olfativo de nuestro cerebro tiene un estado diferente de todas las demás estructuras. Sus neuronas construyen conexiones incluso entre la vejez. Por lo tanto, es lógico suponer que nuestra capacidad para distinguir entre diferentes olores juega un papel importante. El sistema olfativo en nuestro cerebro tiene más vínculos directos con la memoria y las emociones que todos los demás sistemas sensoriales. "Sens" significa sentimiento. Esta es la parte "más antigua" del cerebro de cada ser que se va. En el sentido del olfato que ha ayudado (y sigue ayudando) a las personas y a los animales en su búsqueda de alimentos. Evita los peligros, ayuda a encontrar a la pareja sexual. El olor puede traer algunos recuerdos de la persona y estos recuerdos podrían afectar su comportamiento. **Se afirma que el estado de ánimo y la salud de las personas puede ser provocado por los olores.** Los científicos cuentan con diversas estadísticas sobre la influencia de los olores en el comportamiento humano.

Les mostraremos algunos ejemplos interesantes. Una mujer se convirtió en un testigo involuntario de un hombre muerto por un ataque al corazón, y el hombre había usado mucho perfume. Después de ese incidente la mujer se sintió muy mal y le dan crisis hipertensivas cada vez que huele esa fragancia. Otra mujer repentinamente se vuelve muy malvada e inicia conflictos con todo mundo cuando siente que huele a botas. Esta reacción es debido a que su hermano mayor, que llevaba botas de agua, se burlaba de ella a menudo. La tercera mujer sufrió mucho por su marido enojón. De repente descubrió que el olor a leche lo calmaba de inmediato. Resulto que cuando él era un niño su familia era muy pobre y el olor a la leche era un olor a saciedad y felicidad. Al descubrir este instrumento todos los miembros de la familia, los niños, las mujeres y el hombre mismo se calmaron.

De la información expuesta podemos llegar a una conclusión, **que el olor**



**se puede usar activamente para retener información. Hay muchos aspectos en los que el sentido del olfato y la retención está conectados.** Las ideas de que algunos aceites esenciales podrían estimular la memoria y la concentración se conocen desde antes de Cristo. Entre los aceites esenciales más fuertes se encuentra **la albahaca, la menta y el romero**, aceites esenciales con olores fuertes y penetrantes. No se trata de recuperar ciertos recuerdos por asociación con algunos de estos olores, sino de mejorar nuestra capacidad de memorizar. Está en conexión directa con el proceso de aprendizaje, gran parte del cual se basa en nuestras habilidades para memorizar diferentes hechos. La concentración también está conectada a la memoria y el aprendizaje. En caso de que tenga dificultades con la concentración y su capacidad de memorizar, se mejora significativamente.

#### 3.1. Aire

**El oxígeno** es de gran importancia para el buen funcionamiento de la actividad cerebral. Esto es especialmente cierto para las funciones de la memoria del cerebro. Por eso es muy importante que el aire en la sala de estudio esté saturado de oxígeno. Por eso, airea a menudo la sala, en la que tienes tus clases.

### 4. Factores percibidos por el tacto

#### 4.1. Temperatura

La temperatura del aire es un factor principal para determinar el estado de calor de una persona en interiores. Los sistemas de calefacción, ventilación y aire acondicionado están diseñados para mantener una temperatura constante y una sensación de confort en el interior, favoreciendo las funciones vitales de los seres humanos y sus capacidades de trabajo, independientemente de los cambios en las temperaturas exteriores durante todo el año. Los principales factores que caracterizan el aire como saludable son la temperatura y la humedad, así como la velocidad de la ventilación del aire en la habitación.

La siguiente temperatura de aire se considerad confortable en interiores:

-Durante el periodo invernal – 20-22 C°

-Durante el periodo de verano – 22-24 C°

La temperatura de 21 C° es considerada la más adecuada para las instalaciones durante el día. Los científicos han descubiertos que la temperatura del ambiente más saludable en la noche es de 18-18 C°, para tener un sueño saludable.

Recuerde una regla importante: si reduce la temperatura de la habitación en 1 C°, reducirá sus costos de calefacción en un 6%.

Por una y la misma temperatura, pero con diferente humedad, la percepción de la temperatura "ambiente" es diferente. La relación óptima es de 18-22 C° y 30-60% de humedad relativa.

#### 4.2. Humedad

Nocivo para la salud son tanto la humedad baja como la alta. La mayoría de las personas se sienten bien cuando el aire es seco y fresco. Las paredes húmedas, por ejemplo, tiene temperaturas bajas y mejoran el proceso de transferencia de calor del cuerpo.

### **Alta Humedad**

**Señales:** sensación de frescor en las habitaciones y el aire tiene un olor fuerte. En las esquinas hay manchas humedad y luego moldes.

**Como reducir la humedad:** el aire y ventilación en la habitación con frecuencia y jalando las cortinas para obtener la mayor cantidad de luz solar posible.

### **Baja Humedad**

En aire seco es típico de los edificios nuevos que se calientan durante todo el día y rara vez se ventilan.

**Señales:** Nuestro propio cuerpo comienza a perder humedad - las membranas mucosas se secan primero. Las secreciones secas se forman en la nariz, los labios se agrietan, los restos de garganta, los ojos se irritan y la voz a menudo es ronca. A baja humedad del aire, es más difícil que la sangre esté saturada de oxígeno, e incluso es posible sentir los síntomas típicos de falta de oxígeno - somnolencia, trastornos de la memoria y disminución de la actividad mental. Debido al aire seco, en interiores se puede acumular más la electricidad estática y polvo, que son muy tolerados por personas con alergias, asma bronquial y niños pequeños.

**Como aumentar la humedad:** el método más económico y seguro es limpiando la habitación con agua, poner paños húmedos en los radiadores y ubicar las ollas llenas de agua a su alrededor. Recubriendo la habitación es otra forma de superar de forma permanente y estética el aire seco. Una forma un poco más costosa pero no muy exigente es usa humidificadores de aire, ya que permiten el mantenimiento de la humedad constante en la habitación y a menudo se combinan con el ionizador de aire.

De gran importancia para el interior del microclima saludable es la **composición iónica del aire**, lo que significa que debe observarse la proporción de iones positivos y negativos. **Los iones negativos** tienen buenos efectos en la autoconfianza de las personas, **por lo que tienen que ir más allá de los positivos**. Normalizan la presión arterial y afectan a personas con enfermedades cardiovasculares y respiratorias. **Son importantes cuando se aumentan los ejercicios mentales y físicos.**

Si los iones positivos predominan en el aire, uno siente "deficiencia de oxígeno", siente fatiga y tiene dolores de cabeza. Las pantallas de televisión y computadoras, los acondicionadores de aire e incluso los procesos de la vida ordinaria aumentan la concentración de iones positivos. Su nivel óptimo es de 600 iones / cm<sup>3</sup>. El aire atmosférico puro contiene aproximadamente 1,000 iones negativos y 1,200 iones positivos por centímetro cúbico de aire.

Muy importante es el flujo constante de aire fresco. El aire tres o cuatro veces al día por un corto tiempo, pero a fondo. Cuatro minutos son suficientes para obtener la cantidad correcta de aire fresco.

## **4.3. Materiales**

El objetivo principal del diseño de interiores es mejorar la calidad de vida. La calidad de vida en un espacio determinado es el resultado del uso pleno del espacio de vida disponible y eficiente, de muebles ergonómicos y materiales de calidad, de la combinación correcta de colores y accesorios. Las soluciones interiores dependen del propósito del espacio. El objetivo de diseñar un entorno de aprendizaje es diseñarlo de la manera más conveniente, funcional e impactante para los alumnos. Es más que eficiente elegir materiales naturales, cercanos a la naturaleza, como la madera, por ejemplo.

### **1.3. Mobiliario**

El mobiliario en una sala de capacitación utilizada para la educación basada en el método de la sugestopedia debe ser diferente a lo que estamos acostumbrados experimentar en una sala de capacitación estándar. Debe de ser confortable, suave y predisponente para una experiencia relajante. El diseño de los muebles para un ambiente debe de esta inspirado en la naturaleza. Por lo tanto, subconscientemente, los participantes sentirán que todo lo que vive es natural.

La suavidad y la comodidad son extremadamente importantes, pero los muebles también deben de ser ergonómicos. La ergonomía es una ciencia compleja que estudia a los humanos y sus capacidades de trabajo mediante la exploración de los aspectos técnicos de la relación entre los humanos y su trabajo. La ergonomía es la base teórica de la relación entre los humanos y su trabajo. La ergonomía es la base teórica de la organización del trabajo. Con la ayuda de esta ciencia, se puede crear un ambiente de trabajo que no solo ayuda al proceso de aprendizaje, sino también a la salud conduce a emociones positivas y a su vez resultados positivos.

Como conclusión al estudio del ambiente de aprendizaje, nos gustaría agregar que la proximidad a la naturaleza sería una muy buena práctica. Elija sus aulas con una exposición favorable y mire directamente a la naturaleza. Y porque no dar un paso más audaz: abrir salones de clase en la naturaleza o lecciones en un entorno urbano real. Se ha comprobado que el conjunto contacto directo con la naturaleza refleja un estímulo para la capacidad humana de memorizar, ya que no crea un sentido del deber. Por ejemplo, una conferencia en el parque tiene un efecto mucho mayor que una conferencia en una sala de entrenamiento estándar.

Este tema tiene la intención de proporcionarle suficiente información detallada sobre los factores ambientales de aprendizaje que afectan el proceso cognitivo y provocan un proceso creativo real para diseñar y organizar su propia sala de aprendizaje. Por eso nos hemos abstenido de propuestas concretas relacionadas con la aplicación del conocimiento presentado.

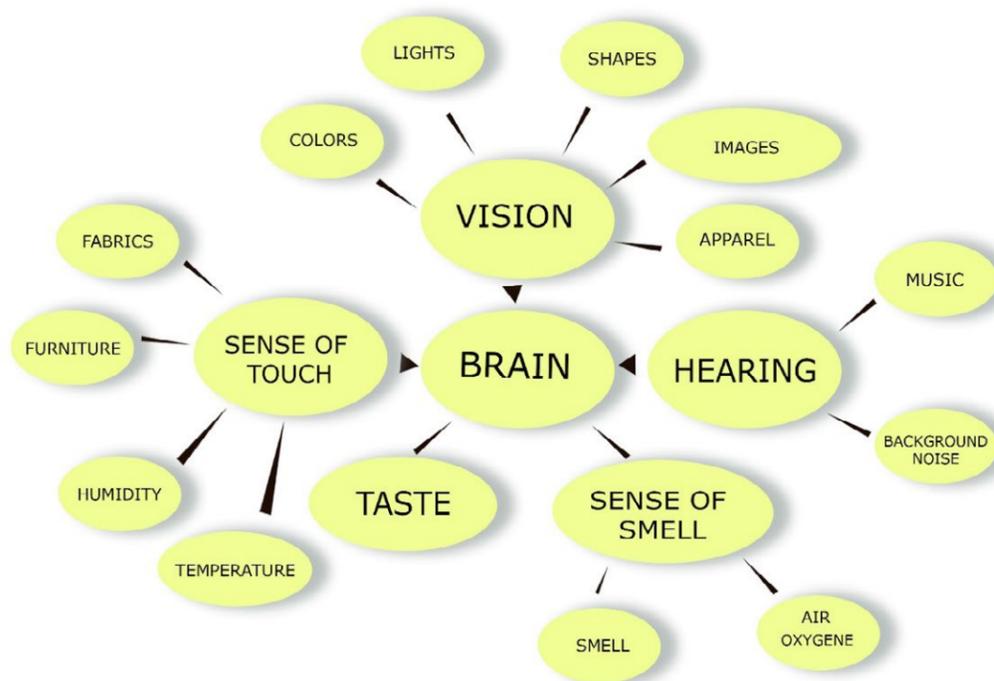
## JUEGOS Y TAREAS

- ¿Como influye el color rojo en una persona?
- ¿Cuál es la influencia de la luz de fuentes de baja temperatura en la percepción de formas y colores en el aula?
- Si tu necesitas priorizar todos los factores enumerados. ¿en qué lugar de la escala pondría la música. ¿Puede un tipo particular de música tener influencia degradante en cualquiera persona?

## PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS DE APRENDIZAJE

- Haga un proyecto improvisado sobre la elección del diseño interior correcto de una sala de aprendizaje, teniendo en cuenta la mayoría de los factores que influyen en el proceso cognitivo.

## MAPA MENTAL Y TERMINOS PRINCIPALES



## BUENAS PRACTICAS

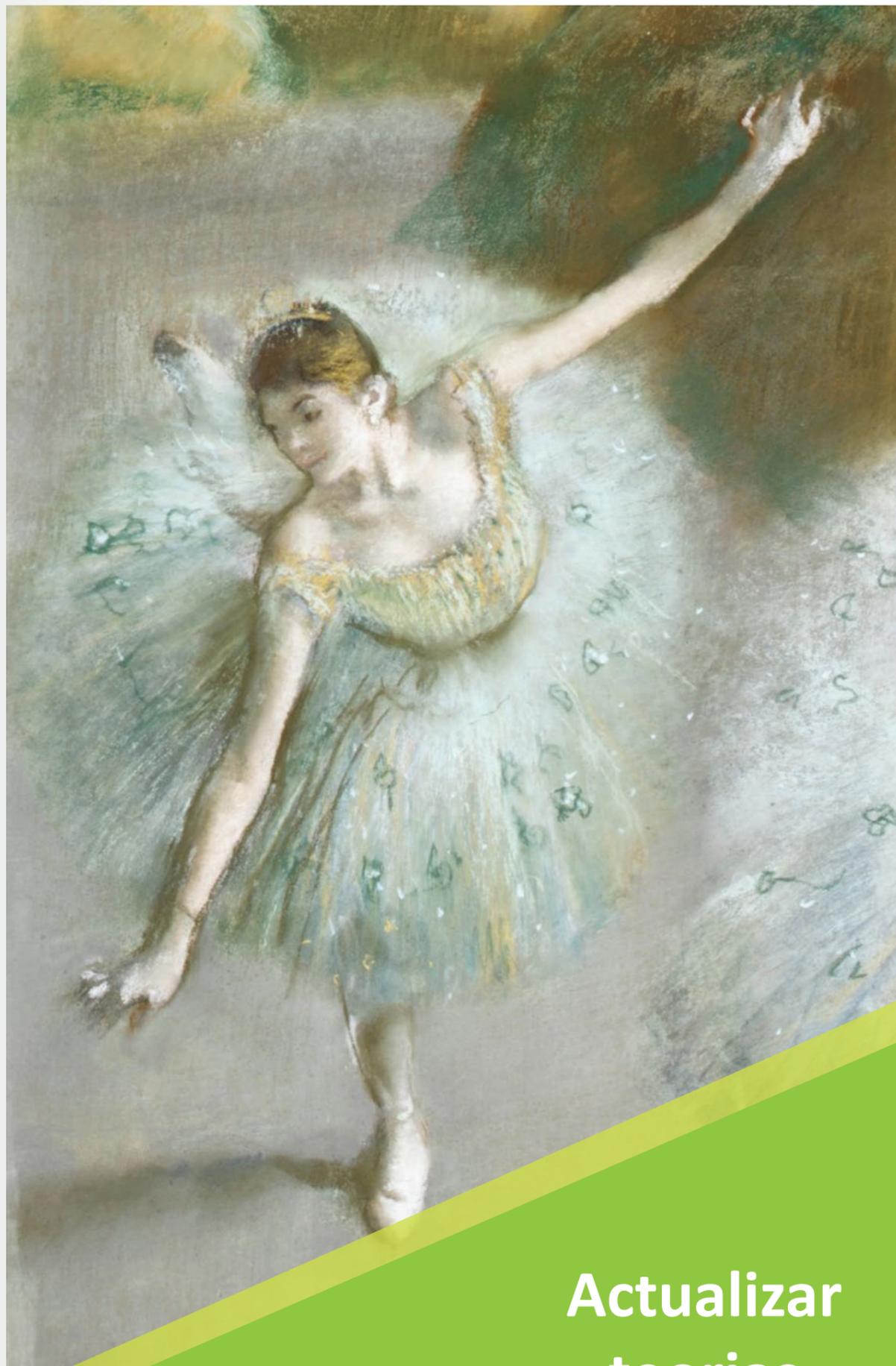
Esta es una imagen de nuestra primera experiencia en el suministro de salones de clase en 2013, cuando aplicábamos por primera vez el sugerente sistema de enseñanza para desarrollar y enseñar contenidos escolares con el fin de reintegrar a los ciudadanos adultos de Roma al sistema educativo.

## APLICACIÓN PRACTICA

Es extremadamente importante que el profesor preste atención al entorno de aprendizaje, ya que puede influir en el nivel de subconsciente y puede favorecer u obstruir proceso cognitivo. En la web hay muchas sugerencias para soluciones creativas de residuos, materiales reciclados o no utilizados que pueden reducir o no utilizados que se pueden reducir significativamente el costo de las soluciones interiores.

El profesor nunca debe de reconciliarse con el ambiente de aprendizaje provisto. Debe tener la inspiración y el alcance creativo para cambiarlo si no corresponde a los procesos psicofisiológicos de las personas involucradas.

Es necesario adaptarlo a las necesidades de sus alumnos y facilitar a través de él un proceso de aprendizaje más rápido y efectivo, acompañado de un ambiente agradable y alegría real.



Actualizar  
teorías



## CAPÍTULO I

### BLOOM-ANDERSON TAXONOMIA

«Si no está seguro de a dónde va, es probable que termine en otro lugar sin siquiera saberlo ...»

Mager, 1975

El término «taxonomía» deriva de la palabra griega "taxis", que significa sistema, orden, disposición y "nomos" - ley. La taxonomía es un sistema de clasificación que ayuda a los maestros y enseñantes a categorizar las actividades de aprendizaje.

La taxonomía de Bloom fue creada en 1956 por un equipo de psicólogos, dirigido por Benjamín Bloom, como un método para evaluar la efectividad de la educación para ayudar a los maestros, administradores y expertos a desarrollar programas educativos, evaluadores e investigadores en este campo.

Durante más de 50 años, ha sido la base de muchas escuelas educativas, y en particular de los que están más comprometidos con el desarrollo de habilidades en lugar de memorizar el contenido. Para los profesores, ofrece un modelo curioso y práctico de formular objetivos educativos. Sus logros pueden ser más tarde evaluados por el conocimiento y las habilidades que los estudiantes demuestran después de haber pasado un determinado módulo de formación. En las aulas, se puede utilizar con éxito para elegir el currículo y los métodos de evaluación los cuales ayudan al profesor a asegurar que el material se aprende en cada uno de los niveles descritos (ver más abajo). Aquí el aprendizaje del material comprende no sólo de la reproducción básica del conocimiento, sino también de los procesos cognitivos más complejos tales como el análisis, síntesis, evaluación, etc.

La idea de esta teoría es que los objetivos y los resultados de la capacitación no son iguales. Por ejemplo, recordar los hechos científicos, sin importar qué tan importantes sean, está en un nivel más bajo que la capacidad de analizar o apreciar.

La taxonomía ofrece una clasificación objetiva de los comportamientos deseados o esperados de los alumnos (cómo los alumnos pensarán y responderán una vez que hayan completado la capacitación) en comparación con metas educativas establecidas.

En el trabajo inicial de Bloom, cada meta educativa puede clasificarse en 6 niveles diferentes, a saber:

1. Conocimiento - la capacidad de recordar y volver a la información.
2. Comprensión - la capacidad para comprender el significado del material est



udiado, lo que implica transformación del conocimiento al explicar, resumir, interpretar ideas y conceptos.

3. Aplicación- la capacidad de usar el conocimiento en un contexto nuevo (no estudiado) o en una nueva forma para resolver un problema / tarea.
4. Análisis- La capacidad de descomponer o distinguir las partes del material en sus componentes y analizarlas para que su estructura organizativa y la relación entre los elementos puedan entenderse mejor.
5. Síntesis- Implica reorganizar el conocimiento y juntando partes en una estructura coherente completamente nueva.
6. Evaluación- el nivel cognitivo más alto, que incluye la justificación de una posición personal o la evaluación de una situación basada en argumentos bien fundamentados.

Se organizan jerárquicamente , ya que en la lógica de Bloom cada nivel incluye conocimientos y habilidades de los niveles inferiores. Por ejemplo , para poder aplicar cierto contenido en un nuevo contexto, el estudiante debe ser capaz de definir los conceptos básicos y comprender su significado y naturaleza.

### OBJETIVOS DEL TEMA

En 2001, salió la versión revisada más utilizada de la Taxonomía ( Anderson y Krathwohl ), que fue ampliamente aceptada en los círculos educativos debido a su mayor practicidad. Según los autores, el principal beneficio para los maestros que conocen y utilizan la taxonomía es que establece un marco para la formulación de objetivos educativos, que les ayuda a ser más exitosos y para cumplir estos objetivos más fácilmente en su trabajo.

Una vez que se haya familiarizado con el tema, usted podrá:

- Elegir y proporcionar contenido de aprendizaje adecuado que coincida con los objetivos;
- Utilizar métodos de evaluación adecuados que correspondan a los objetivos;
- Llamar la atención y lograr los resultados de aprendizaje establecidos en sus metas para el proceso de aprendizaje ;
- Utilizar eficientemente su tiempo y recursos;
- Aplicar la taxonomía para formular sus objetivos de entrenamiento;
- Para analizar sus resultados contra los objetivos establecidos;
- Para usar verbos activos al formular sus metas;
- Para seleccionar las actividades apropiadas con el fin de lograr sus objetivos en cada uno de los niveles de la Taxonomía;
- Para distinguir y sintetizar la taxonomía hacia otras taxonomías. Para distinguir y evaluar las metas de habilidades cognitivas, emocionales y psicomotrices (o



evaluar y analizar los diferentes tipos de taxonomías - cognitivas, emocionales y psicomotoras).

### VERIFICACIÓN DE LA COMPRESIÓN

En grupo o por usted mismo, discuta y anote las respuestas a las siguientes preguntas y tareas:

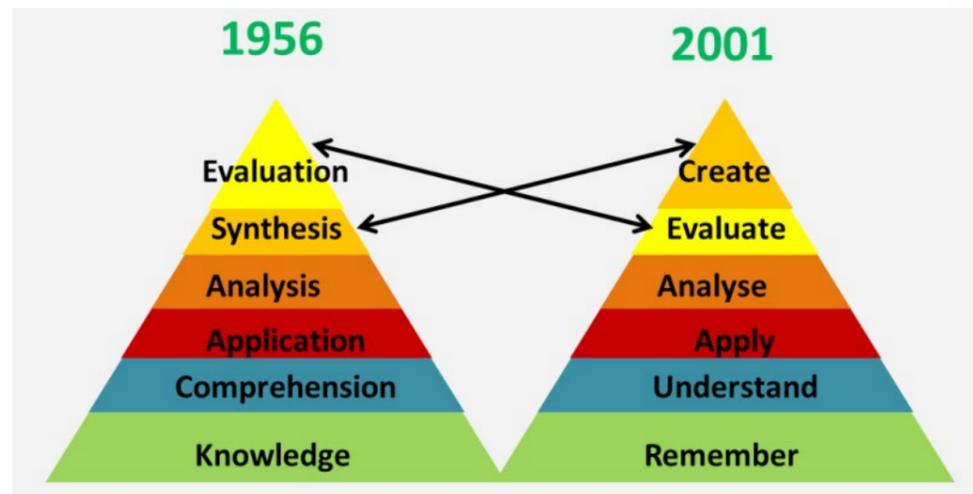
- Examine los niveles de las dos pirámides, la original de Bloom y la revisión de Anderson-Krathwohl - y registre las palabras clave para usted en cada nivel.
- ¿En qué se diferencian las dos pirámides? Señale las diferencias según usted y comparta ¿cuáles son?
- ¿Qué deben hacer los alumnos en cada nivel de acuerdo con usted ? Dé ejemplos de lo que los alumnos deberían hacer en cada uno de los diferentes niveles.
- ¿Cuáles serán los productos, el resultado del trabajo de los alumnos en cada nivel? Especifique los productos finales en cada nivel individual.

### INTRODUCCION DEL CONTENIDO

El significado fundamental de la Taxonomía de Bloom radica en la importancia que queremos que los alumnos tengan muchos y diversos niveles de habilidad . Muy a menudo, los maestros se concentran en lograr metas medibles relacionadas con el conocimiento y la comprensión, y olvidan que los alumnos no dominan las muchas y variadas habilidades hasta que son capaces de aplicarlas o sintetizarlas. Por otro lado, muchos profesores tienen dificultades para garantizar que los alumnos hayan dominado los hechos básicos y hayan adquirido el entendimiento necesario para continuar hacia el logro de los objetivos de los niveles superiores. La Taxonomía está organizada de simple a compleja ; algunos lo definen como un arreglo de objetivos de trivial ( conocimiento ) a más importante ( síntesis, evaluación, creación ). Los niveles separados son adecuados para varios propósitos y para estudiantes en diferentes fases de su desarrollo.

La diferencia principal proviene de la propuesta de Anderson de cambiar los lugares de los dos últimos niveles . La lógica es que creando su propio producto requiere habilidades más profundas y un mejor conocimiento del tema, que solo evaluar las ideas existentes.

Aquí están las diferencias descritas nivel por nivel. Note que Anderson pasa de usar sustantivos a **verbos** al describir los objetivos para cada nivel . Esto ayuda aún más a orientar **los objetivos** a **las acciones** que se espera que tengan lugar.



**Taxonomía del Dominio Cognitivo - Comparación**

La taxonomía de Bloom 1956	Anderson y Krathwohl 2001
<b>1. Conocimiento:</b> Recordar o recuperar material aprendido previamente.	<b>1. Recordando / Reproduciendo :</b> Reconociendo o recordando conocimiento de la memoria. Recordar es cuando la memoria se utiliza para producir o recuperar definiciones, hechos o listas, o para recitar información aprendida previamente.
<b>2. Comprensión:</b> La capacidad de captar o construir el significado del material.	<b>2. Entendiendo :</b> Construir significados a partir de diferentes tipos de funciones, ya sean mensajes escritos o gráficos, o actividades como interpretar, ejemplificar, clasificar, resumir, inferir, comparar o explicar.
<b>3. Aplicación:</b> La capacidad de utilizar material aprendido o de implementar material en situaciones nuevas y concretas.	<b>3. Aplicando :</b> Llevar a cabo o utilizar un procedimiento a través de la ejecución o implementación. Demuestra la capacidad de aplicar el material aprendido para resolver problemas y tareas y para crear productos como modelos, presentaciones, entrevistas o simulaciones.
<b>4. Análisis:</b> La capacidad de descomponer o distinguir las partes del material en sus componentes para que su estructura organizativa pueda entenderse mejor.	<b>4. Analizando :</b> Rompiendo materiales o conceptos en partes, determinando cómo se relacionan las partes entre sí o cómo se interrelacionan, o cómo se relacionan las partes con una estructura o propósito general.

5. Síntesis: La capacidad de unir partes para formar un todo nuevo coherente o único.	<b>5. Evaluando :</b> Hacer juicios basados en criterios y estándares a través de la verificación y la crítica. Críticas, recomendaciones e informes son algunos de los productos que se pueden crear para demostrar los procesos de evaluación. En la taxonomía más nueva, la <i>evaluación</i> viene antes de crear, ya que a menudo es una parte necesaria del comportamiento precursor antes de que uno cree algo.
6. Evaluación: La capacidad de juzgar, verificar e incluso criticar el valor del material para un propósito determinado.	<b>6. Creando :</b> Poner los elementos juntos para formar un todo coherente o funcional; reorganizar elementos en un nuevo patrón o estructura mediante la generación, planificación o producción. La creación requiere que los usuarios armen las piezas de una manera nueva, o que sinteticen las piezas en algo nuevo y diferente creando una nueva forma o producto. Este proceso es la función mental más difícil en la nueva taxonomía.

( adaptado de <http://thesecondprinciple.com/teaching-essentials/beyond-bloom-cognitive-taxonomy-revised/> )

### Verbos activos

Cada **nivel de la taxonomía** se caracteriza por **ciertas actividades** que los alumnos pueden cumplir para desarrollar las **habilidades** pertinentes. Idealmente, el objetivo es **crear metas** para cada **nivel** individual, **formulado con verbos activos** desde el punto de vista del alumno.

El uso de **un verbo activo** hacer el objetivo **observable** y **medible**. Describen **comportamientos** concretos que se pueden ver y que demuestran que el estudiante ha alcanzado **un nivel apropiado** de conocimiento.

Un error común que algunos maestros hacen es describir los objetivos mediante el uso de verbos como: **conocer, comprender, aprender, tener en cuenta**, etc. Estos verbos, aunque destinados al alumno, no dan una idea del **comportamiento** el cual **demuestra** que el alumno **realmente** ha **dominado** el material a nivel relevante de Bloom.

Por ejemplo, para alguien el verbo **saber** la tabla de multiplicar se refiere a su capacidad para reproducirla en forma de tabla (Bloom **primer nivel**), para otros puede significar ser capaz de resolver problemas verbales que incluyen varias multiplicaciones numéricas (lo que sería **el tercer nivel** de la taxonomía); para otros,



significará que los alumnos pueden pensar en sus propias situaciones en las que pueden aplicar la multiplicación correctamente . Si simplemente describimos la meta con el verbo para **saber** , no podremos verificar si se alcanzó la meta .

Los objetivos apropiados para un ejemplo de estudio del presente simple en inglés serían:

Nivel 1 : El alumno podrá escribir y pronunciar correctamente el presente simple en inglés.

Nivel 3 : El alumno podrá completar los ejercicios sobre cómo usar el tiempo presente simple al completar las partes de gramática faltantes .

Nivel 6 : El alumno podrá hacer oraciones de forma independiente utilizando el tiempo presente simple .

La siguiente tabla presenta los verbos activos utilizados para establecer metas en cada nivel de la taxonomía , así como las actividades que se pueden utilizar para desarrollar y probar estos objetivos.

**Verbos típicos y actividades para el establecimiento de metas en cada nivel :**

Nivel	Verbos activos	Ocupaciones
SABER :	Ordenar, Definir, Describir, Dibujar / bosquejo, Encontrar, Determinar, Etiquetar, Contar, Conectar , Nombrar, Citar, Recordar, Repetir, Recordar de memoria, Mostrar, Decir, Escribir	Lectura de textos  Prueba de llenado de faltantes Recitando definiciones Dando ejemplos Definiendo términos Tarea de conexión Tarea de listado Tarea de nombramiento Definiciones



COMPRENDER: Retiro el significado del contenido de aprendizaje (interpretación, categorización, generalización, comparación, explicación)	Conectar a través de la asociación, Comparar, Discutir, Distinguir, Diferenciar de los demás, Calcular aproximadamente, Explicar, Expresar, Dar ejemplos, Etiquetar, Presumir, Interpretar, Decir en sus propias palabras, Explicar de otra manera	Analogías Panel de discusión Dibujo / Ilustración Mantener un diario Una prueba de preguntas de opción múltiple Prueba de respuesta corta Comparaciones simples Informe escrito Plan con viñetas / puntos secundarios
APLICAR : Uso el contenido de aprendizaje en una nueva situación o para resolver una nueva tarea o un problema	Aplicar, Calcular con precisión , Cambiar, Ordenar por categorías, Añadir, Calcular, Construir, Mostrar,  Experimentar, Aplicar, Cambiar de acuerdo a un objetivo específico, Inventar un escenario ,  Predecir, Presentar, Producir, Mostrar Resolver ( una tarea )	Demostración Pronóstico Gráficos Presentación Estudios de caso Tarea de programación Proyecto Juego de rol Simulación Mostrar y contar Decisión



<p><b>ANALIZAR:</b></p> <p>Examino las partes del contenido de aprendizaje por separado y cómo se relacionan entre sí y con toda la entidad</p>	<p>Distinguir, Examinar, Investigar,</p> <p>Organizar, Escoger, Dividir, Simplificar, Analizar, Romper en partes más pequeñas, Categorizar, Comparar, Comparar las diferencias, Deconstruir</p>	<p>Análisis de encuestas</p> <p>Investigación de un caso real Comparación Conclusión / Resultado lógico del concepto Discusión Gráficos Ejercicio con un caso de estudio Cuestionario Informe Solución de problemas</p>
<p><b>EVALUAR :</b></p> <p>Utilizo la información que tengo para evaluar según criterios concretos.</p>	<p>Juzgar, Probar, Calificar, Evaluar en una escala, Recomendar , Escoger, Apoyar, Probar, Evaluar, Retar, Concluir, Convencer, Criticar, Escribir una reseña, Defender, Señalar las diferencias, Calcular aproximadamente</p>	<p>Argumentación</p> <p>Investigación de un caso real Revisión Debate Evaluación Discusión de grupo Proyecto Recomendación Auto evaluación Investigación Ejemplo de estudio de caso Declaración de Valores Conclusión escrita</p>



<p><b>CREAR :</b></p> <p>Pongo partes entre sí de una manera nueva, creando una nueva teoría, producto, punto de vista, usando las habilidades cognitivas de todos los niveles anteriores</p>	<p>Integrar,</p> <p>Inventar, Hacer, Administrar, Modificar, Planear, Generar, Proponer, Reescribir, Armar, Combinar, Componer / escribir, Crear, Diseñar, Desarrollar, Formular</p>	<p>Desarrollo de conceptos</p> <p>Creación de una aplicación Experimento Formulación de un plan Recopilación de datos Inventación Proyecto Modificación</p> <p>Proyecto Propuesta / Oferta Solución de problemas</p> <p>Simulación</p>
---	--	--

Se dan tres razones principales para el establecimiento de objetivos de capacitación:

- Apoya y ayuda a la planificación y organización del profesor. «Si no está seguro de a dónde va, es probable que termine en otro lugar sin saberlo» (Mager 1975).
- Una buena formulación de objetivos ayuda mucho en la etapa de evaluación.
- La mayoría de los científicos se unen en torno a la hipótesis de que el desarrollo de objetivos / metas en la enseñanza mejora los logros de los alumnos.

Esto no significa, sin embargo, exagerar el establecimiento de objetivos o quedarse atrapados y frustrados en un plan rígido (Shavelson 1987). Para los maestros expertos y buenos, es crucial establecer y utilizar objetivos y evaluaciones, las cuales son planificadas de antemano. (Brown, 1988; Clark y Yinger, 1986).

La mayoría de los autores creen que los estudiantes deben comunicar sus objetivos y llegar a un acuerdo común sobre ellos para tener más éxito. Además, cuando se enseña a los alumnos para qué serán evaluados, logran mejores resultados.

En NEWave en el Aprendizaje, se utiliza Suggestopedia y enfoques de aprendizaje acelerado, en el que cual no nos concentramos en **el intercambio de**



metas, sino más bien en demostrar muy claramente lo que se espera de los estudiantes al final de su presentación creativa. En este proceso, los objetivos no son tan específicos y tan claramente formulados, más bien la imagen de aprendizaje más grande se le da a los alumnos. Se presenta en su totalidad y se muestra la aplicación práctica de los conocimientos. Esto crea un contexto que es extremadamente importante para la comprensión de la dirección, los objetivos, y el conocimiento que se espera que los estudiantes adquieran. También se realiza la conexión muy importante con la vida real.

## JUEGOS Y TAREAS

### Tarea 1

Imprima la tabla ( del Anexo del capítulo ) y seleccione un tema para trabajar (por ejemplo, verbos regulares en inglés ). Establezca objetivos y después compruebe a que nivel de la taxonomía Bloom pertenecen.

### Tarea 2

Verifique que haya usado verbos activos. Ponga un verbo activo en su objetivo .

### Tarea 3

Establecer diferentes objetivos para diferentes niveles de la taxonomía de Bloom sobre un tema de su elección .

### Tarea 4

Encuentre información en la web de otras taxonomías y analice la diferencia entre ellas y la taxonomía de Bloom. Saque conclusiones y discútalas con sus colegas.

### Tarea 5

Practicar la escritura de objetivos docentes; realizar análisis de tareas; y usando planificación para dar forma a un capítulo de su tema de enseñanza. Desarrolle su propia matriz de contenido conductual con un objetivo cognitivo y uno afectivo.

## PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS DE APRENDIZAJE.

Presente a sus colegas, los objetivos y la matriz y de desarrollados en la anterior **Tarea 5** . ¿Qué dificultades encontró mientras trabajaba en establecer las metas? Pida a sus colegas comprobar si se han utilizado verbos activos y cómo va a desarrollar su evaluación de los objetivos fijados. Presente los objetivos para los diferentes niveles de Bloom que intentan alcanzar un nivel más alto que sus colegas para una parte elegida del material que está enseñando . Asegúrese



de que ha establecido objetivos suficientes para los niveles de *conocimiento* y la *comprensión* antes de proceder a las superiores. Verifique cuidadosamente si ha incluido la aplicación del conocimiento . Si usted ha decidido trabajar a nivel de *creación*, comprobar si tiene los objetivos apropiados para ello.

## MAPA MENTAL Y TERMINOLOGÍA BÁSICA

Examine de nuevo las dos pirámides y piense en la diferencias. Lea el siguiente cuando esté listo con su respuesta.

La principal diferencia proviene de la propuesta de Anderson de cambiar los lugares en **los dos últimos niveles** . La lógica es que al **crear tu propio producto**, se requiere habilidades más profundas y un mejor conocimiento del tema que solo evaluar las ideas existentes.

### Bloom Anderson-Krathwohl

Vuelva a echar un vistazo a las pirámides y al mapa mental de la taxonomía de Bloom.

Consulte también los materiales y las imágenes en estos enlaces:

<http://aet-541bloomstaxonomy.wikispaces.com/Bloom%27s+Taxonomy+-Mind+Map>

<http://www.usingmindmaps.com/study-skills.html>

¿Cuáles son las conclusiones que saca de la revisión de la taxonomía?

## BUENAS PRÁCTICAS

El primer paso de la mayoría de las clases es poner metas de aprendizaje o los resultados esperados. Al planificar una lección , usted debe responder al menos una de las siguientes preguntas:

1. Qué sabrán o podrán hacer los alumnos después de la lección? ¿Cuáles serán los resultados de su aprendizaje? ¿Cómo sabrá cuándo y en qué medida se alcanzan estos objetivos de aprendizaje ?

2. Qué información, actividades y experiencias proporcionará a los alumnos para ayudarlos a adquirir los conocimientos y habilidades necesarias para alcanzar los objetivos de aprendizaje? ¿Cuánto tiempo necesita para esto? ¿Cómo utilizará y aprovechará la duración de su reunión con los

estudiantes y el tiempo posterior a ella? ¿Cómo este trabajo, durante y aparte de las reuniones, les ayudará a alcanzar sus metas?

3. Qué materiales y medios adicionales utilizará (libros, libros de texto, manuales, materiales basados en Internet)? ¿Los usará en el trabajo o fuera de el, dónde están ubicados y son accesibles para los estudiantes? (Vea también los Capítulos: Aprendizaje basado en Proyecto y Aprendizaje Mixto). ¿Cuándo y cómo verificará los materiales y dará recomendaciones y pautas para las reacciones de sus estudiantes? ¿Son estos materiales apropiados para los adultos, su cultura y las características específicas del grupo con el que trabaja?

4. Cuántos métodos y técnicas diferentes de enseñanza y aprendizaje utilizará? ¿Cómo las diferentes técnicas y métodos le ayudarán a alcanzar los niveles más altos y responder a las diferentes inteligencias y temperamentos (Eche un vistazo a los capítulos: Inteligencias Múltiples y Temperamentos)?

5. Qué técnicas de inclusión utilizará: discusiones grupales o trabajo en grupos pequeños, grupos de aprendizaje entre pares, grupos por intereses y habilidades, tareas individuales? ¿Qué tareas y actividades realizarán los grupos individuales y los estudiantes individuales? ¿Cómo rastreará, documentará y evaluará su trabajo?

**Ejemplos de establecimiento de objetivos con ejemplos de tareas relevantes para el desarrollo y la evaluación en cada nivel**

**Ejemplo 1 :**

Nivel y actividades relacionadas	Objetivo	Actividades de desarrollo	Actividades de evaluación
<b>Saber</b>	Definir los seis niveles de la taxonomía de Bloom.	Conecta las frases a la descripción de los niveles relevantes	Conecta los niveles dados a su descripción

<b>Com-prender</b>	Explicar el propósito de la taxonomía de Bloom	Ponga los objetivos establecidos de antemano en categorías según los niveles de Bloom	De todos los objetivos enumerados, elija los relevantes para el nivel de análisis.
<b>Aplicar</b>	Establecer metas de aprendizaje para cada uno de los niveles de Bloom	Establezca metas de aprendizaje para un tema dado para cada uno de los niveles de Bloom	Establezca metas de aprendizaje para cada uno de los niveles de Bloom para una lección que planee
<b>Analizar</b>	Encontrar similitudes y diferencias entre los objetivos establecidos para los diferentes niveles y entre objetivos establecidos para un nivel en diferentes temas	Tiene 4 metas preparadas de antemano. Por favor, seleccione cuál se refiere a qué nivel. ¿Como adivinó?	Intercambie los objetivos que haya preparado en la tarea anterior con sus colegas del otro grupo. Defina el nivel al cual cada objetivo que obtuvo corresponde. ¿Como adivinó?
<b>Evaluar</b>	Evaluar la efectividad de establecer objetivos de estudio utilizando la taxonomía de Bloom	Para los fines de la tarea anterior, ¿reformularía algunos de ellos, y de ser así, por qué? ¿Cómo los elige? Justifique su respuesta.	Para los fines de la tarea anterior, ¿reformularía algunos de ellos y, de ser así, por qué? ¿Cómo los elige? Justifique su respuesta.
<b>Crear</b>	Cree un plan de estudio que incluya todos los niveles de comprensión de la taxonomía de Bloom	Defina los objetivos según Bloom para cada capítulo de su manual.	Combine los objetivos de al menos dos temas diferentes con un colega. ¿Cómo se pueden medir con una tarea objetivos para diferentes niveles o para temas diferentes? Justifique tu respuesta.

## APLICACIÓN PRÁCTICA

Piense en cómo aplicaría en su trabajo futuro los contenidos cubiertos en este tema. Compártalo con sus colegas y equipo. ¿Puede unir esfuerzos para planificar y establecer metas para próximos programas y entrenamientos que usted va a preparar?

Piense en un ejemplo propio de un tema en el que desea trabajar.

## CAPÍTULO II La Importancia del Ritmo

*"La educación en sí misma es un sacramento, y la escolarización es un arte"*

Rudolf Steiner

### OBJETIVOS DEL TEMA

Una vez que se familiarice con el tema, podrá:

- Describe los diferentes efectos para una persona de aplicar o no aplicar ritmo.
- Describir y distinguir la importancia del ritmo en la enseñanza.
- Compartir ideas para administrar el ritmo en tu propia práctica.
- Aplica la teoría del ritmo en tu trabajo
- Analiza la importancia del ritmo para tu exitoso trabajo de enseñanza.
- Crea y usa tu propio ritmo para trabajar con tus estudiantes, basado en la teoría del ritmo.

### VERIFICACIÓN DE LA COMPRENSIÓN

En grupo o por ti solo, discuta y registre las respuestas a las siguientes preguntas y tareas:

- ¿Describa qué es un ritmo en la educación con una serie de palabras clave?
- ¿Cuándo y cómo solías enseñar con ese tipo de ritmo? ¿Cómo se ve tu trabajo como una estructura? ¿Cuáles fueron los resultados de su implementación?
- ¿Como va tu ritmo diario con los alumnos, semanalmente, mensualmente, anualmente? ¿por favor, trate de especificar las características básicas para cada ritmo individual.

### INTRODUCCIÓN DEL CONTENIDO

Hay **ritmos** por todas partes. Podemos encontrarlo en todas partes – tanto en la **naturaleza** como en las **personas**. En las **personas**: mientras respiramos vemos inhalación-exhalación, también el ritmo cardíaco (sístole-diástole), la condición de alerta-sueño. En la **naturaleza**: el cambio de día y de



noche, las estaciones del año, las mareas del mar. Los procesos en el universo y los procesos en las personas están **directamente relacionados**. Mientras más personas están **sincronizadas** con los ritmos naturales, mejor será su **condición física y mental**. Cada **ritmo** tiene un impacto en ciertos **procesos saludables** dentro de los seres humanos y es importante conocer y comprender estos procesos. Al conocer los ritmos básicos y el **intercambio en el estado** de las personas, podemos **planificar** mejor nuestras actividades, **elegir el momento** y la actividad más apropiados. Además - podemos ser más observables acerca de los cambios en el mundo y las personas que nos rodean, de modo que podamos identificar fácilmente qué, a cual y a quien **asignar** como **tareas**.

Veremos algunos **ritmos básicos** que ocurren tanto en la **naturaleza** como en los **humanos**, y ciertamente pueden ayudarnos en nuestra vida diaria. El estado **físico y mental** general de las personas está influenciado por **los ritmos naturales**, por ejemplo, esto es particularmente notable en el proceso de **cambio de estaciones**. Además, nuestra condición de salud depende directamente de si estamos en sintonía con los cambios en curso. La razón es que no importa cuán independientemente sea una persona, su **cuerpo** existe de acuerdo con las **leyes del mundo circundante**, donde todo es ritmo y requiere que el periodo activo cambie con el descanso; después del día llega la noche, después de la primavera de este verano, y así sucesivamente.

### Ritmo anual

Con el cambio en la naturaleza durante el **ciclo anual**, la persona también cambia. Esto es lo que sucede durante el calendario del año. En general, este periodo se puede comparar con la respiración, que tiene 4 fases:

Inhalando	Detención	Exhalando	Detención
Invierno	Primavera	Verano	Otoño

La fase de **expiración** (exhalando) es en el **verano**. Aquí la Tierra está abierta al cosmos y está irradiando hacia él. Una gran imagen de este proceso es el crecimiento vigoroso de las plantas hacia arriba. Todo lo que ha estado latente bajo el suelo como semilla y bulbo, se eleva, florece y se enlaza. El ser humano es un **proceso sincrónico** - la persona es **de mente abierta, desconcentrada, flotante** en el mundo. La siguiente fase - la **detención** - corresponde al **otoño**. Aquí tenemos una transición gradual desde la apertura del verano hasta el cierre del invierno. Este es un **periodo de transición** necesario para el buen funcionamiento de los procesos, ya que el cambio repentino sin transición no es saludable para el mundo vegetal y animal, ni para los alumnos. En otoño, un hombre cosechaba la última cosecha. Todavía hay hojas en los árboles, pero están amarillentas, se secan y se caen ligeramente. Al mismo tiempo, está ocurriendo el cambio en los humanos - **se cierran lentamente**, aunque no completamente, su **atención** se centra en **prepararse para el invierno**, reuniendo todo lo que necesitará. Alcanzamos el **invierno** al mayor **recinto** de tierra y hombres. Pero este es el período agrícola más productivo porque ahora la tierra sufre una fuerte transformación de sustancias, su transformación. **Las perso-**



**nas** también son las más **cercanas** en **invierno**. Hay un **procesamiento intenso**, hay una **transformación** del alma. Obviamente pasivo, este período es el período de la **acumulación más activa** de fuerzas internas, **movilización**, maduración de procesos. Las personas son las **más concentradas** y **capaces** de la **actividad intelectual** en el invierno. La próxima **primavera** es la **transición** entre la recesión de invierno y apertura del verano. Las personas se están preparando gradualmente para dar, para irradiar al aire libre, lo que puede ser notable nuevamente - imagínese al agricultor que siembra las semillas y las tira al suelo. Pero el **ser humano es un ser libre**. Y por la misma razón, las personas no pueden ignorar el ritmo natural. Por ejemplo, si en el otoño no pasa por el proceso necesario de cierre gradual y entra al invierno de esta manera, o cuando se requiere la primavera para iniciar un proceso de apertura gradual y aún está cerrado espiritualmente, completamente concentrado en sí mismo sin relajación, se pueden observar una serie de síntomas desagradables. Con frecuencia la fatiga de primavera es un proceso de transición demorado en el que las vitaminas y los minerales no ayudan, ya que la causa no está en su ausencia. Los síntomas de fatiga y agotamiento inexplicables, depresión, nerviosismo, dolor de cabeza, presión arterial alta o baja a veces también pueden deberse al **comportamiento asíncrono** del hombre a los **ritmos naturales**. Este cambio cardinal a lo largo de un año implica **organizar** la **actividad** de una manera diferente, más apropiada para la temporada. Por ejemplo, durante el **verano es** más saludable permanecer **en la naturaleza salvaje**, hacer actividades agrícolas, viajes, picnics, observación en la naturaleza, aire libre, recolección de hierbas, etc. **La transición del otoño** está particularmente bien hecha si hay algunas actividades como un **ritual**, por ejemplo, como limpieza de otoño, preparación de invierno, retiro de ropa de verano y extracción de invierno. Actividades de rehabilitación, recolección de materiales para el trabajo en el invierno, secado y empaque de hierbas y cultivos, preparación de herbario son apropiados. Este **invierno**, es especialmente bueno crear una **sensación de espacio acogedor y cerrado**. En el otoño se pueden coser almohadas o decrecer la manera bajo puertas y ventanas. Las actividades de invierno son adecuadas para todo **tipo de manualidades** relacionadas con **diversas manualidades**, especialmente coser, tejer, trabajar con arcilla, etc. **Planificar** las próximas **actividades** en las próximas temporadas es bueno hacerlo nuevamente en el invierno - entonces la oportunidad de perder algo es menor. En **primavera** debemos ver nuevamente la **transición** entre el invierno y el verano. El ritual de la limpieza de primavera se repite. También las primeras **actividades preparatorias** en el jardín, más tiempo fuera. En la antigüedad, las personas han comprendido este ritmo natural, por lo que, en todas partes, en todas las civilizaciones y culturas, hay días festivos en el calendario que celebran el comienzo de una temporada y preparan a una persona para el cambio en la naturaleza y en sí misma. En Bulgaria, estas son las vacaciones Enyovden (preparación y reunión del verano), el día de San Mihail (preparación y reunión del otoño), la Navidad (preparación de invierno y bienvenida), la Pascua (preparación y bienvenida de la primavera). La plena participación en la preparación y el funcionamiento de estas vacaciones estacionales ha asegurado la personalización adecuada de la persona. Hoy en día, cuando las vacaciones no se celebran o cuando se celebran solo de manera formal y sin entrenamiento previo, a menudo no cumplen su papel. El hombre es cada vez más **asíncrono** con el **ritmo natural** y esto siempre conduce a síntomas físicos.

Con base en la teoría descrita anteriormente, por los propósitos de este docu-



mento, es importante resumir lo siguiente:

- Cuando la **capacitación** es la forma de un **curso**, es importante elegir el **periodo del año** en el que se **realizará** para poder obtener la mayor eficiencia posible.
- Es importante que el **maestro conozca las tradiciones** e integre el conocimiento en el proceso de aprendizaje de maneras diferentes e interesantes con el fin de proporcionar a los alumnos conocimientos que los conecten con el **ritmo natural**.
- Cuando se trata de un entorno multicultural, es muy apropiado comparar estas tradiciones y costumbres populares.

### Ritmo mensual

El siguiente ritmo que debemos tener en cuenta es el **mensual**. Hoy en día no es bien visible en ninguna parte. En las escuelas Waldorf, toda la organización de la capacitación de los sujetos depende del ritmo mensual (para obtener más información, consulte la sección "Aplicación práctica" de este tema. A continuación, mostraremos qué efectos tiene cada ritmo – anual, mensual, semanal y diario. Otra opción para hacer visible el ritmo mensual es, por ejemplo, la organización del "Mes de ..." (a un mes de amistad, a un mes de hierbas, a un mes de viaje, etc.). También es una buena opción si se organiza una ronda matutina donde los ejercicios rítmicos son los mismos durante todo el mes, entonces parte de ellos cambiará.

### Ritmo semanal

A diferencia del mensual, **el ritmo semanal** es bastante notable, especialmente durante el horario escolar – se logra alternado días escolares (5) y no académicos (2). Pero incluso durante las vacaciones, este ritmo debe ser sostenido por esta alternancia y los sábados y domingos, la vida cotidiana se construye de manera diferente, por ejemplo, un aumento posterior, la falta de talleres, actividades conjuntas o grupales que no se realizan durante la semana (excursiones, viajes, cinema, teatro, etc.). Además, hay una cosa más que saber sobre los detalles de los días confirmados por la cronomedicina (el departamento de investigación médica de ritmos biológicos):

□ **Lunes** es el primer día de la semana, un día relacionado con la semana anterior y por otro lado - el día abre la puerta a la nueva. Lo mejor es tener un **momento especial** el lunes (**por ejemplo, una ronda semanal**) en el que cualquier persona que desee decir algo pueda ser escuchada. A menudo aquí las declaraciones están relacionadas, tanto con las experiencias pasadas como futuras, son un puente entre el pasado y el futuro. Es bueno escuchar al que quiere compartir alguna experiencia pasada, poder compartir con él de una manera saludable y administrar los eventos futuros anticipados. Es bueno tener más de una persona por parte de los capacitadores, o en el otro caso, si el capacitador es uno, compartir los momentos importantes con sus colegas para estar al tanto de algunas tendencias, expectativas, intenciones del aprendiz. Nada de lo que se dice en tal círculo debe servir como una razón para la burla y no debe ser mal utilizado, de lo contrario la confianza se está perdiendo y eso es devastador.



□ **Martes y Miércoles** son los **días ideales para aprender, porque la concentración es buena (tengan en cuenta el grado de concentración todavía depende del ritmo anual)**. **Martes** es más concentrado en las **novedades**, y **Miércoles** – en los **proyectos de investigación**, especialmente en equipos.

□ **Jueves** se encontró que era un día que requiere **relajación, exhalación**. Si hay alguna celebración (por ejemplo, los cumpleaños, de los nacidos durante la semana, etc.), es bueno elegir el jueves. Si hay alguna clase, es bueno **terminar al mediodía** si es posible.

□ **Viernes es** nuevamente un **día de concentración y aprendizaje**, pero no es el interés científico en ello. Aquí uno está más enfocado en proyectos **relacionados con el arte** como un puente para los fines de semana. Cualquiera que sea la actividad del viernes, de alguna manera son buenas para relacionarse con la creatividad.

□ **Sábado y Domingo** llevan un cargo diferente. Son la **relajación** necesaria y como se mencionó anteriormente, necesitan un ritmo diferente. Es deseable hacer la limpieza un sábado y no cubrir todo el día.

### Ritmo diario

También es el orden de la organización. De hecho, a menudo decimos un **ritmo diario**, pero es un reloj de 24 horas. Solo entonces – en la alternancia del día y la noche, hay integridad. Aquí hay un cambio importante en la **vigilia y el sueño**. Como es sabido, en la disnea crónica la capacidad de trabajo disminuye, la concentración y la memoria también. Es difícil formar hábitos para irse a la cama aproximadamente al mismo tiempo. Una de las opciones de compromiso es aceptar un régimen diferente de sueño y retiro durante los días de semana y los fines de semana. ¿Qué pasa con el ritmo diurno que se debe tener en cuenta al configurar los ejercicios?

□ Entre las **8:00 y las 13:00 horas, la actividad mental es más activa**, mientras que entre las **13:00 y las 15:00 horas, hay una desaceleración**, y una persona necesita descansar o actividades más creativas, que no requieren un esfuerzo mental excesivo. A partir de las 15:00 horas, se restablece la actividad.

□ Adicionalmente, aproximadamente **cada cuatro horas se produce una intensa somnolencia**. Es mejor que utilices las personas que tienen dificultades para conciliar el sueño, para tener en cuenta el comienzo de este ritmo y para acostarse en la cima de la somnolencia y la relajación que se avecinan.

□ Cada hora y media hay una **fase de debilitamiento** (lo llamamos exhalación) – después de una hora y media de trabajo tenso o trabajo, necesitamos un descanso más completo. **El descanso** debe estar lleno y **durar por lo menos 20-30 minutos**.

En uno, un ritmo está relacionado con ciertos procesos en los seres humanos.



### El ritmo anual tiene una importancia clave en:

- Cambiar el entorno y acostumbrarse al nuevo entorno;
- Para una enfermedad grave seguida de una recuperación (un año es la recuperación completa);
- Cuanto más adecuadamente seguimos el ritmo anual, más saludables estamos físicamente.

### El ritmo mensual tiene una importancia clave en:

- La vitalidad global del organismo;
- Las buenas funciones de memoria;
- Moderar la expresión del temperamento sin llegar al extremo.

### El ritmo seminal es responsable de:

- Dominio de la vida emocional-sensual;
- El buen estado mental;
- Encontrar la fuerza suficiente para comunicarse y socializar.

### El ritmo diario (diurno) está conectado a:

- El buen estado de nuestro yo, que se suprime y debilita, especialmente en el caso de sueño insuficiente;
- Encontrar fuerzas para estar motivado y proactivo.

Al organizar rítmicamente nuestra vida, actuamos en muchos niveles para toda la persona. Esto es especialmente importante para la formación de una personalidad sana y para su orientación exitosa.

## JUEGOS Y TAREAS

### Tarea 1

Haz un ritmo seminal para trabajar con tu banda. Piense en lo que podría ser una tarifa diaria de trabajo, sus cuotas mensuales, sus toneladas anuales.

### Tarea 2

De acuerdo con la parte del día que le enseñe a un estudiante, piense en el ritmo de su trabajo y en cómo trabajará para el estado emocional de los estudiantes en el ritmo.



### Tarea 3

¿Cuánto influye el material que enseñan en los días de la semana? ¿Piensa y comparte qué actividades tendrás en diferentes días de la semana? Descríbalos y coméntelos con sus colegas.

## PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Imagina tus compañeros, el ritmo semanal de las clases y el ritmo mensual de un curso. Si puede, haga un ritmo anual de su trabajo y preséntelo a sus colegas, de acuerdo con la teoría del ritmo en la enseñanza. Escriba sus comentarios cuidadosamente e intente desarrollar su ritmo de trabajo con los estudiantes.

## MAPA MENTAL Y TERMINOLOGÍA BÁSICA

## BUENAS PRACTICAS

En las escuelas Waldorf, toda la organización de la formación de sujetos depende del ritmo mensual. Siempre hay un tema principal allí, que es de 4 semanas. En paralelo, se enseña a otros, pero es más acentuado y estudiando con mayor intensidad. Después de 4 semanas, cambia a otro tema principal y así durante todo el año escolar. Así, el ritmo mensual es visible e influyente en los niños. Cómo nuestras vidas diarias pueden llegar a ser influyentes: por ejemplo, cada tercer jueves o cada segundo miércoles, etc.

## APLICACIÓN PRACTICA

Haz tu propio ritmo de trabajo y vida personal. Intente combinarlo con cada ritmo – anual, mensual, semanal y diario. Haga un plan de actividades a lo largo del año para estar en armonía con los ritmos naturales. Cuando esté listo, cumplirá con este plan con su trabajo pedagógico. ¿Hay similitudes y diferencias con su ritmo de trabajo con sus estudiantes? ¿Cómo puedes combinar y sincronizar tu ritmo con la vida y trabajar con el ritmo natural para que estén en armonía y sincronidad? Describe tus resultados. Si lo deseas puedes compartirlo con nosotros: [suggestopediainstitute@gmail.com](mailto:suggestopediainstitute@gmail.com)



Instrumentos para el  
aprendizaje rápido y eficaz



### CAPÍTULO I

#### Aprendizaje Basado en Proyectos y Aprendizaje Basado en Problemas

"El tiempo siempre es correcto para hacer lo correcto."

Martin Luther King

## OBJECTIVOS DEL TEMA

After you get familiar with the topic you will be able to:

- To define and describe the process and the stages of project-based training. To distinguish the different stages and their characteristics and your role in the process;
- To distinguish and analyze project-based learning towards other similar models, such as problem-based learning;
- To apply the steps of project-based learning process to create a project on which to work with your students;
- To formulate objectives for a process based on project-based learning;
- To formulate a good principal question and to evaluate it according to a scale of criteria;
- To understand and evaluate your role as a teacher when working with learners;
- To analyze the opportunities for implementing the process in your work.

## VERIFICACIÓN DE LA COMPRENSIÓN

In a group or by yourself discuss and record the answers to the following questions and tasks:

- Watch the video and discuss your understanding of what is project-based learning. Visualize your work.

<https://www.youtube.com/watch?v=Z1O3mV-bvwU&t=31s>

(Translated into Bulgarian with the kind support of Tempo Foundation)

- How do you define and understand what is to work on projects with your students? Visualize your work.

## INTRODUCCIÓN DEL CONTENIDO

El Sistema para un aprendizaje rápido y efectivo "NEWave in Learning" incluye la capacitación basada en proyectos debido a su lugar y función para desarrollar y activar la información que se enseña y los contenidos de aprendizaje. La capacitación basada en proyectos también puede ser una actividad adicional de apoyo (por ejemplo, a un curso de idioma u otra capacitación), especialmente cuando el aprendizaje debe ser transferido a un entorno real o vinculado a la vida real. De esta manera, los estudiantes se sumergieron en un entorno real y, a través del contexto, pueden vincular el aprendizaje a situaciones reales en las que apli-

car las competencias adquiridas.

El término "Proyecto" apareció por primera vez a finales del siglo XIX y principios del XX cuando entró en la terminología de las actividades comerciales y sociales. Todavía no tiene una definición exacta y claramente constituida. La capacitación se define como basada en proyectos cuando cumple con ciertas características.

Los proyectos y el aprendizaje orientado a los problemas son algunos de los métodos más efectivos para lograr importantes metas educativas contemporánea - aprendizaje activo, vinculación del contenido del aprendizaje con la práctica de las personas, aprendizaje en el contexto de la vida y aprendizaje a través de la colaboración. Los estudiantes se involucran en una tarea auténtica y reciben ayuda, consejos y corrección en tiempo real por parte del capacitador. Estos métodos estimulan el desarrollo de habilidades cognitivas y metacognitivas que son importantes para la sociedad y el individuo: transferencia del aprendizaje a nuevas situaciones, pensamiento creativo, pensamiento crítico, planificación de actividades, análisis de desempeño, reflexión.

El aprendizaje orientado a los problemas fue introducido por primera en 1969 por Howard Borrows y sus colegas desde la facultad de medicina de la Universidad McMaster en Canadá, brindaron una formación a los profesionales médicos a las situaciones de la vida real. Desde entonces, se ha utilizado para la formación de profesionales de diversos campos. Es una estrategia pedagógica para el aprendizaje activo, y es un tipo de pedagogía centrada en el alumno donde los alumnos aprenden sobre un asunto o tema en el contexto de problemas complejos, multifacéticos y reales.

El método organiza todas las actividades de aprendizaje en torno al problema planteado.

Algunas de las características distintivas del aprendizaje orientado a problemas son:

- Se realiza a través de problemas difíciles que no tienen condiciones previas establecidas;
- Los alumnos trabajan en grupos pequeños, típicamente de 6 a 10 personas;
- El maestro solo apoya en la capacitación.

El problema planteado es el principal instrumento de adquirir habilidades de resolución de problemas y la estimulación de los procesos cognitivos de los estudiantes. Se discuten los problemas, se define lo que se conoce, se generan hipótesis, se establecen objetivos educativos y se organizan otras actividades (como la investigación y la recopilación de información de diferentes fuentes). El ciclo de aprendizaje orientado a problemas finaliza con un comentario sobre el proceso de aprendizaje, la solución de problemas y el trabajo en equipo. El rol de los maestros es guiar el proceso de aprendizaje, no proporcionar conocimientos. Solo ayudan a los alumnos haciendo preguntas abiertas, que son, en gran medida, metacognitivas.



De acuerdo con G. Hegedüs, la formación orientada a proyectos en ciencias naturales es "...la creatividad, el modelo, la simulación y el proyecto que forma una entidad. La creatividad es el objetivo y la solución; el modelo y la simulación – la función y la forma del aprendizaje, mientras que el proyecto es el marco de cómo se organiza el aprendizaje".

Algunas de las características principales del aprendizaje basado en proyectos incluyen:

- Preguntas motivadoras que ayudan a organizar y guiar la capacitación;
- Investigación activa, que los estudiantes planifican y realizan de forma completamente independiente;
- Autonomía de los aprendices, que los convierte en organizadores y gerentes de su propia capacitación;
- Colaboración entre alumnos, profesores y miembros del público para abordar problemas comunes y cuestiones;
- Autenticidad del Proyecto basada en problemas existentes, de la vida real, aplicables fuera del salón de clases;
- Productos reales y su presentación, que son el resultado del material del Proyecto y demuestran lo que se aprendió.

Aprendizaje basado en proyectos es utilizado ampliamente en la enseñanza moderna y la pedagogía debido a las numerosas ventajas que ofrece. Su conexión con situaciones y problemas de la vida real, la investigación y su capacidad para resolver problemas y situaciones específicas y actuales brinda a los estudiantes oportunidades para la realización profesional. A través de los proyectos, los alumnos crean productos específicos trabajando en equipo, asignando tareas y realizando investigaciones profundas de la vida real. Estas una de las razones por las que los proyectos se ubican en el nivel más alto de la Taxonomía Bloom-Anderson (Para obtener más información, consulte el capítulo: Taxonomía de Bloom).

Indudablemente, el aprendizaje basado en proyectos logra objetivos importantes de la pedagogía moderna que están vinculados a:

- Establecer conexión entre el contenido y la vida real y la práctica, proporcionando un contexto real de aprendizaje;
- Interacción y aprendizaje colaborativo y en equipo, a través de la cooperación entre alumnos;
- Adquisición de competencias significativas necesarias para la realización profesional, tales como habilidades de comunicación y presentación de habilidades de aprendizaje, habilidades para establecer objetivos, planificación, etc.;
- El aprendiz es responsable y participa activamente en su propio aprendizaje y en el proceso de adquisición de conocimientos y habilidades;



- Una conexión entre los profesionales y la comunidad local con los aprendices y los alumnos.

Los proyectos se pueden usar tanto para el aprendizaje como el autoaprendizaje, siendo altamente efectivos en la adquisición de conocimientos y habilidades específicas. En la teoría pedagógica la educación a través de proyectos está asociado a los modelos constructivistas de la enseñanza. En la pedagogía moderna, muchos procesos y modelos importantes de aprendizaje autodirigido, autorregulado y transformador están asociados con el aprendizaje de proyectos.

El aprendizaje basado en proyectos permite a los estudiantes participar en el proceso de aprendizaje y convertirse en participantes activos en su diseño e implementación. A lo largo del proceso, también desarrollarán valiosas habilidades de vida y profesionales, principalmente en el trabajo en equipo, la comunicación y la cooperación, el establecimiento de objetivos y la planificación, así como la presentación y otras habilidades.

Los proyectos son una gran oportunidad para experiencias reales y desafiantes que nos brindan valiosos conocimientos y habilidades cognitivas, sociales y personales. Estas características las convierten en una de las herramientas de trabajo preferidas. Muchas organizaciones e instituciones de formación organizan su trabajo a través de proyectos.

De acuerdo con la Sra. Gergona Shopova (Enseñanza basada en proyectos de química y protección ambiental: aspectos innovadores), el aprendizaje basado en proyectos pasa por las siguientes etapas:

1. Exploratorio – investigación de un problema y formulación de un tema del proyecto;
2. Analítico – análisis de la situación y de la información disponible y planificación de la implementación;
3. Práctico - realización del concepto de proyectos y actividades;
4. Presentación – presentación de los productos del proyecto;
5. Control – evaluación de los productos y del trabajo de los alumnos.

Algunas de las características principales de la capacitación del proyecto son:

- Preguntas de conducción que sirven para organizar y orientar la formación;
- Investigación Activa, que los estudiantes planifican y llevan a cabo de manera completamente independiente;
- Autonomía de los estudiantes, lo que los convierte en organizadores y gestores de propia formación;
- Colaboración entre los estudiantes, profesores y miembros de la sociedad para resolver problemas comunes y cuestiones;
- Autenticidad de los proyectos basados en problemas de la vida real, aplicabilidad fuera del aula;



- Los productos reales (artefactos) y su presentación – representan los resultados materiales del proyecto y demuestran lo que se aprendió.

Cada Proyecto tiene las siguientes características principales:

- Duración en el tiempo;
- Etapas (fases) de la actividad;
- Integración del conocimiento y las habilidades de más de un campo en una variedad de actividades apropiadas (oral, escrito, práctico);
- Trabajo en equipo, que implica el desarrollo de ciertas cualidades y habilidades – planificación y organización no asistida de las actividades del grupo;
- La existencia de beneficio práctico o espiritual del resultado del proyecto que se puede ver, leer, experimentar, etc.

Los proyectos pueden ser clasificados por varios parámetros:

Projects can be classified by various parameters:

- Por actividad predominante del Proyecto: investigación, creativo, orientado a roles, práctico, cognitivo, etc.;
- Por campo de dominio de asignatura: mono-proyecto (una asignatura), interdisciplinario;
- Por la naturaleza de la coordinación del Proyecto: directa, con una coordinación abierta y clara (uno de los estudiantes tiene el rol de coordinador) o una coordinación oculta (por un maestro u otra persona que no esté directamente involucrada en el trabajo del equipo);
- Por la naturaleza de los contactos (estudiantes de un grupo, de una organización, de una ciudad, región, país o de diferentes países);
- Por el número de participantes – individual, grupos (pequeños grupos) o colectivos (un curso completo o un grupo más grande).
- Por la duración de la implementación - a corto plazo (1-2 horas), a medio plazo (de una semana a un mes), largo plazo (varios meses).
- Por el tema: económico, lingüístico, geográfico, matemático, histórico, ecológico, sanitario, etc.
- Por contradicciones examinadas: social, científico, político, histórico, integral, religioso, etc.
- Por significación práctica: local, regional, nacional, internacional.

La evaluación de proyectos es un tarea compleja y difícil porque requiere la evaluación no solo de los conocimientos adquiridos, sino también de las diferentes



habilidades sociales y personales. Se deben establecer criterios suficientemente objetivos para garantizar estándares sin restringir la libertad creativa de los estudiantes.

Algunos requisitos principales y criterios de evaluación de los proyectos son:

- Importancia y actualidad del problema y relevancia para el curriculum;
- Participación activa de cada participante, según sus habilidades individuales;
- Carácter colectivo de las decisiones tomadas, comunicación y trabajo en equipo;
- Uso de conocimientos y habilidades integradas de otras materias o campos científicos;
- Contribución personal e innovación en la resolución del problema;
- Originalidad e innovación del proyecto;
- Competencia de los participantes para la justificación del proyecto e interés en el problema abordado;
- Diseño estético y técnico del Proyecto y alfabetización escrita;
- Competencias para el desarrollo sostenible y el enriquecimiento de la humanidad.

Al aplicar este método, el papel de los maestros/capacitadores es de facilitadores, consultores, mediadores, asociados y consejeros de los estudiantes. Tiene que ser capaces de motivarlos para esta actividad inusual: ¿Por qué es necesario para ellos? ¿Cómo les ayudara? ¿Cuál puede ser el producto final y como será útil para ellos en el futuro? ¿Por qué vale la pena? Este tipo de motivación es muy importante, especialmente para los grupos marginados, donde el beneficio y el valor agregado de la realización del proyecto tienen que estar muy bien indicados para cada participante.

El profesor apoya y organiza el aprendizaje y su función es garantizar las siguientes funciones de capacitación:

- Claridad teórica y metodológica del propósito, la naturaleza y la implementación tecnológica del proyecto;
- Introducción de la pregunta de conducción/principal;
- Presentación del contenido, la estructura y el método de selección de materiales;
- Provisión de fuentes;
- Asistencia en la organización;
- Apoyo y mediación de conflictos de los participantes;
- Desarrollo de estrategias para la efectividad y apoyo del proceso y de los participantes.



La formación del Proyecto tiene las siguientes ventajas:

- Los alumnos tienen la oportunidad excepcional de estar en el centro del proceso como participantes activos y descubridores de nuevas experiencias y conocimientos. Los maestros participan como consejeros y asistentes que crean un ambiente de aprendizaje apropiado para el trabajo individual y creativo de los estudiantes;
- Aumenta la calidad del proceso de aprendizaje y la motivación de aprendizaje;
- Los estudiantes profundizan sus conocimientos sobre un tema específico;
- Los estudiantes planean su trabajo para lograr los objetivos establecidos;
- Trabajan independientemente, individualmente o en equipo;
- Entienden mejor sus fortalezas y debilidades;
- Son responsables de la implementación de la tarea asignada; trabajan en un entorno real o casi real que apoya su futura realización profesional;
- Resuelven problemas y superan conflictos.

El aprendizaje basado en proyectos es un proceso y una herramienta efectiva y atractiva que se puede utilizar como un complemento valioso de la teoría y la práctica de Sugestopedia porque garantiza la participación activa de los estudiantes y los involucra en situaciones de la vida real.

## JUEGOS Y TAREAS

Tarea 1

Mire el video sobre aprendizaje basado en problemas y desarrolle características que lo hacen diferente y similar al aprendizaje basado en proyectos.

<https://www.youtube.com/watch?v=UpukYVuruqk>

Después de terminar de ver el video, ve el siguiente:

<https://www.youtube.com/watch?v=bAi1EuMyafE>

Tarea 2

Selecciona un tema muy simple, como plantar un árbol e intente desarrollar un proceso de aprendizaje basado en proyectos para él.

Tarea 3



Elija una parte de su material de enseñanza (Por ejemplo, verbos irregulares) y cree un proceso de aprendizaje basado en proyectos. ¿Piensa en cómo puedes incorporar el proceso en tu trabajo diario?

Tarea 4

Seleccione algunos temas y para cada uno de ellos intente formular una pregunta de conducción. Por ejemplo: Europa Medieval, geografía de Asia y Oceanía, tiempos verbales, construcción de barcos, etc.

Tarea 5

Mire el Proyecto de los estudiantes en el enlace y describa las características básicas de la capacitación basada en el proyecto que usted ve en él. ¿Qué le falta? ¿Se pueden añadir las principales características que faltan? ¿Qué conclusiones puedes sacar de los resultados que ves?

<http://www.rio-ruse.org/?p=4590> (La descripción en Inglés está disponible en el Apéndice)

## PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Describa las características básicas de un modelo que le gustaría usar en su trabajo. ¿Cómo sería un proceso de aprendizaje basado en proyectos cuando se aplica a un tema elegido por usted? ¿Cuáles son sus características? Descríbalos y discuta sus ideas con sus colegas.

## MAPA MENTAL Y TERMINOLOGÍA BÁSICA

Revise los mapas mentales en:

<https://prezi.com/mxguebp3m5oz/mind-map-project-based-learning/>

<https://www.pinterest.co.uk/pin/116108496616129871/>

Mire los siguientes videos y cree su propio mapa mental sobre el aprendizaje basado en proyectos.

<https://www.youtube.com/watch?v=LMCZvGesRz8&t=49s>

<https://www.youtube.com/watch?v=7uU8oO--5XE>

<https://www.youtube.com/watch?v=bUCbCoDpwD0>

¿Hay algo que no te queda claro todavía? Si es así, vuelva a mirar el video y



los materiales de textos incluidos en este tema. Para más información, use la bibliografía del tema y los materiales disponibles en Internet.

### BUENAS PRACTICAS

Compruebe cómo los proyectos pueden ser utilizados en grupos de diferentes edades y piense si puede aplicar algo de lo vio. Escríbelo.

[http://radosttoneva.weebly.com/uploads/1/6/2/0/16206236/2\\_project\\_learning\\_rt-sait.pdf](http://radosttoneva.weebly.com/uploads/1/6/2/0/16206236/2_project_learning_rt-sait.pdf)

Revise este ejemplo de capacitación para adultos que utiliza el aprendizaje basado en proyectos. ¿Cuáles son las características que encuentras? ¿Hay alguna diferencia entre adultos y niños? ¿Qué cambiarías en el proceso y en los modelos al trabajar con adultos? ¿Cómo sería un proceso de aprendizaje para adultos cuando se usa el aprendizaje basado en proyectos?

<https://whardaway.com/2017/11/08/project-based-learning-for-employee-training/>

### APLICACIÓN PRACTICA

Piense en el tema relacionado con su trabajo directo con aprendices/estudiantes e intente convertirlo en un proyecto. Piense en una pregunta principal y verifique con la ayuda de la matriz en el Apéndice del tema. Describa las etapas principales del proceso de aprendizaje basado en proyectos y piense qué productos finales tendrían que crear los estudiantes como resultado de su trabajo. Comparte tu trabajo con nosotros en: [suggestopediainstitute@gmail.com](mailto:suggestopediainstitute@gmail.com)



## CAPÍTULO II APRENDIZAJE COMBINADO

*"El aprendizaje combinado es el aprendizaje que se facilita mediante la combinación efectiva de diferentes modos de entrega, modelos de enseñanza y estilos de aprendizaje, y se basa en una comunicación transparente entre todas las partes involucradas en el curso"*

*Heinze and Procter*

### OBJETIVOS DEL TEMA

Después de familiarizarse con el tema, podrá:

- Identificar y describir las características del aprendizaje combinado;
- Aplicar la teoría del aprendizaje combinado al preparar las sesiones y programas de capacitación;
- Distinguir y analizar el aprendizaje combinado hacia otras teorías del aprendizaje;
- Evaluar el resultado aplicado del aprendizaje combinado.

### VERIFICACIÓN DE LA COMPRENSIÓN

En grupo o por usted mismo discuta y registre las respuestas a las siguientes preguntas y respuestas:

- Crea un mapa mental usando los términos básicos que describan que es el aprendizaje combinado para usted;
- ¿Cuáles son las similitudes y diferencias entre la capacitación en línea y la capacitación personal en tu opinión? Describe ambos tipos con tus palabras. Decide ¿cuál al de estas palabras son aplicables para el aprendizaje combinado?

### CONTENIDO

**El aprendizaje combinado** es una metodología de aprendizaje relativamente nueva. Es un **sistema de aprendizaje y enseñanza** que combina la **inspiración y motivación** de la enseñanza tradicional en las aulas y la **diversión** y la **flexibilidad** del **e-learning** (también llamada aprendizaje



en **línea** o a distancia). Se utiliza para la creación de cursos **accesibles** y **motivacionales** para los **alumnos adultos** modernos. **La cantidad** de horas que se pasan en el aula y las que se pasan en línea **varían** en los diferentes cursos y temas. Los estudios pretenden demostrar la mejor relación entre ellos.

Existen muchas definiciones y versiones del aprendizaje combinado, que también se describen como “**aprendizaje híbrido**”, “**aprendizaje impulsado por la tecnología**”, “**aprendizaje apoyado por el internet**” y el “**aprendizaje mixto**”. Powell et al. (2015) declara claramente que el “**aprendizaje combinado** combina las mejores características del aprendizaje en **línea** y la educación **presencial**. **En el futuro**, puede convertirse en un **modelo predominante** que se encuentra con más frecuencia que cada uno de ellos individualmente”. En general, el término se utiliza para **diseñar capacitaciones** que pueden ser **adoptadas** por las **necesidades** de cada aprendiz y no es limitado por la ubicación o las reglas estrictas. El instituto Innosite ha adoptado una definición común que se puede encontrar en muchas fuentes de investigación relevantes. Por lo tanto la investigación de Staker (2011), define el aprendizaje combinado como “**en cualquier momento cuando un estudiante aprende, al menos en parte, a través del aprendizaje en línea, con alguno elemento del control del estudiante sobre el tiempo, el lugar, el camino y/o ritmo; al menos en parte una supervisión de una ubicación física lejos de casa**”. Esta definición incluye **dos aspectos clave** que distinguen esta forma de aprender de la enseñanza tradicional y el aprendizaje en el entorno del aprendizaje en común u otros entornos de aprendizaje físico. En primer lugar, el estudiante debe **estudiar “supervisado** en una ubicación física lejos de casa” por al menos parte de su tiempo. En segundo lugar, para que el aprendizaje se considere “combinado”, **el alumno debe de participar en una participación en línea con algún elemento de control sobre el tiempo, el lugar la ruta y/o ritmo. El elemento de control del alumno** es esencial para la definición ya que distingue el aprendizaje en línea de otras formas de **aprendizaje basado en la tecnología** como cuando un profesor utiliza una computadora o un proyector para mostrar **materiales en línea** o ayudas de enseñanzas a los alumnos de las aulas, o utilizar una **pizarra electrónica** para animar la enseñanza directa. Por esta razón, la definición anterior de aprendizaje combinado es considerado desde el punto de vista del estudiante (Stacker, ibid.).

Eryilmaz (2015) describe las diferencias entre el aprendizaje presencial y en línea utilizando **12 parámetros** que se presentan en la siguiente tabla. Muestran que, en general, la capacitación en línea provee un aprendizaje **más flexible y centrado en el estudiante**.



Parámetros	Presencial	Capacitación en Línea
Curso enfocado	Grupo	Grupo o individual
Contenido enfocado	Centrado en el Profesor	Centrado en el Alumno
Forma	Sincrónico	Asincrónica
Tiempo	Programado	En cualquier momento
Lugar	Aula	En cualquier lugar
Flexible	Estandarizado	Personalizado
Contenido	Estable, durable	Estable, dinámico, transitorio
Numero de estudiantes	Espacio delimitado	Ilimitado
Preparación del Instructor	Bastante (Transparencia)	Extensivo pre-preparación
Distribución de materiales	Copias	Descargas electrónicas
Interactividad	Espontáneo	Estructurada
Rango de interactividad	Interacción total	Interacción limitada

**Diferencias entre ambientes de aprendizaje presencial y en línea** (Eryilmaz, 2015).

Además, distingue entre el aprendizaje **en línea “convencional”** y el aprendizaje combinado e identifica **el número de ventajas** del **aprendizaje combinado** desde el punto de vista de la **interacción alumno – profesor** y la preparación del alumno para **el nuevo conocimiento** antes de asistir al curso, lo que puede respectivamente contribuir en mayor **eficacia de la formación**. La principal razón de esto es que el **aprendizaje combinado** utiliza el internet y los **recursos disponibles como herramienta preparatoria** tanto en el caso de los profesores como en el de los estudiantes. En el **aula tradicional**, los estudiantes vienen y escuchan la lección y luego **escriben sus tareas**. Por lo contrario, en una capacitación combinada, los estudiantes ya han **recibido la información** de la lección (videos, textos, y otros materiales multimedia) antes de ingresar a la clase y por lo tanto, están **mejor preparados** para reforzar el proceso del curso. Del mismo modo, el profesor **utiliza** el aula **para crear un entorno** de reflexión donde el estudiante pueda **pensar** en lo que ha aprendido y **aclara los elementos** que no se entienden. Esta condición crea **oportunidades** y proporciona **más tiempo de interacción** en el aula y en otras actividades prácticas. También hay un **cambio en el rol del profesor** y un cambio en la



**relación con los estudiantes:** el maestro actúa como **mentor/asistente** y los estudiantes pueden ser más efectivos en una educación presencial. En su estudio Eryilmaz también destaca el tema del **control de los estudiantes** en el aprendizaje combinado y su **importancia** para garantizar la efectividad de su aprendizaje. Describe un conjunto de **características** que permiten al alumno **elegir** cómo y cuándo usar los materiales en línea (por ejemplo, cuántas veces ver un video), y por lo tanto puede contribuir a una **comprensión** más profunda del tema

### Modelos de aprendizaje combinado

Con el avance de las **tecnologías** y **la pedagogía**, actualmente se están utilizando diferentes modelos de aprendizaje combinado y se están desarrollando nuevas versiones. Estos modelos varían en **algunas de sus dimensiones**, que incluyen **los roles de los profesores, los horarios, el espacio físico y los métodos de enseñanza**. En la mayoría de las fuentes, los modelos utilizados se agrupan en **seis grupos**, cada uno de los cuales se caracteriza por los **elementos de este proyecto** que los distinguen de los demás (Staker, 2011)

### Modelo de conductor presencial:

Se considera que el más cercano a la **estructura escolar** típica. En este enfoque, la **capacitación en línea** se introduce caso por caso, lo que significa que solo algunos estudiantes de un curso determinado participarán en alguna forma en el **aprendizaje combinado**. En el enfoque del **conductor presencial**, los alumnos que **hacen más esfuerzo** o trabajan por encima del nivel del curso pueden avanzar a su propio ritmo y usar tecnologías en el aula. Este modelo es efectivo **para la enseñanza de idiomas**.

### Modelo de Rotación:

Los estudiantes **rotan** en un **horario fijo** entre las **modalidades de aprendizaje** y trabajan en **línea** o **presencial** con el maestro. También existen **variaciones del modelo de rotación** relacionadas con diversos aspectos, como el tiempo, la rotación individual o grupal, etc.

### Modelo flex

En este enfoque los materiales se proporcionan **principalmente en línea**.



Si bien **hay maestros** en el aula para brindar asistencia en el sitio en línea **si es necesario**, la capacitación es principalmente **autodirigida**, ya que los alumnos **aprenden de forma independiente** y practican nuevos conceptos en el **entorno digital**.

### Modelo laboratorio en línea

Con este modelo, los estudiantes aprenden **completamente en línea**, pero se trasladan a un **laboratorio de computación** dedicado para completar los trabajos finales. El laboratorio está **supervisado por adultos**, pero no son **maestros calificados**. Esto permite que los estudiantes trabajen **a su ritmo** y en áreas que **sean adecuadas para ellos** sin afectar el **ambiente de aprendizaje** de otros estudiantes.

### Modelo de Auto-combinación

**El aprendizaje auto-combinado**, combina **la capacitación asistida** con **la capacitación en línea**. Este modelo permite a los alumnos **tomar clases** más allá de las que ya están disponibles en su curso. Aunque estos estudiantes visitan un entorno tradicional, también eligen **complementar** su capacitación a través de  **cursos en línea** que se ofrecen de forma remota. Este **método de aprendizaje combinado** puede ser **exitoso** si los estudiantes están **altamente motivados**. La auto-combinación es principalmente adecuada para los estudiantes que desean asistir a  **cursos avanzados adicionales** o que están interesados en un área que no está cubierta por el plan de estudios tradicional.

### Modelo de conductor en línea

En comparación con el modelo de conductor presencial, el modelo de conductor en línea se encuentra en el otro extremo del espectro, ya que es una forma de **aprendizaje combinado** en el que los estudiantes trabajan **de forma remota** y los **materiales** se entregan principalmente a través de una **plataforma en línea**. Aunque hay **registros de asistencia opcionales**, los estudiantes generalmente pueden hablar con sus maestros en línea si tienen alguna pregunta. Este modelo de **aprendizaje combinado** es ideal para estudiantes que **necesitan** más **flexibilidad** y **autonomía** en sus horarios.

**Carman** (2005) identifica **5 elementos clave** que son necesarios para impartir un **curso de aprendizaje combinado exitoso**.

#### 1. Seminarios en vivo;



2. Contenido en **línea** disponible para aprender a **su propio ritmo**;
3. **Colaboración** (entre los estudiantes y entre el estudiante y su mentor);
4. **Evaluación**;
5. **Materiales de referencia** para una mayor **reflexión** sobre lo que se ha aprendido.

El entorno de aprendizaje combinado tiene 6 modelos diferentes: **Capacitación presencial, rotación, flexibilidad, laboratorio en línea, aprendizaje independiente** de tipo mixto y **aprendizaje en línea**. Los especialistas también agregan que el "aprendizaje combinado se refiere a cualquier momento en el que **el alumno aprende**, ya sea en línea o presencial, y **controla el tiempo, el lugar, el camino y el ritmo por sí mismo**"

Estos seis modelos deben servir de arcilla para modelar. Debe dejarse una **formación combinada** única para que tome una **forma específica** – debe de ser capaz de **responder al entorno** en el que se utiliza los **cambios tecnológicos** y las **necesidades de los alumnos**.

### Principios pedagógicos

Por lo tanto, los puntos importantes para un profesor al **diseñar un modelo de aprendizaje combinado** determinan no solo cuanta **capacitación en línea** se debe usar en combinación con una capacitación **presencial**, si no también los principios pedagógicos generales en los que se basará.

En vista de lo anterior, se debe tener en cuenta los siguientes aspectos para los **modelos de capacitación combinada**:

- Aumentar el **interés/motivación** de los estudiantes;
- Crear oportunidades para la **cooperación** entre los estudiantes y los profesores;
- Los alumnos tienen **una contribución activa** al conocimiento;
- Los alumnos **reflexionan** sobre lo que han aprendido – **autoevaluación**;
- Mejora el **pensamiento crítico**;
- Mejora las **habilidades digitales** de los estudiantes;
- **Creación de redes** con otras organizaciones de enseñanza y educación – **intercambio de contenidos**

De hecho, los modelos de aprendizaje combinados hacen posible el **uso**



**de una serie de prácticas** que ayudan a lograr los objetivos del **enfoque centrado en el alumno**, como el **trabajo en grupo, la capacitación asistida** con contenido generado por grupos de estudiantes, **la capacitación asistida** en el aula, seguido por la **autogeneración de contenido en línea** por parte de los alumnos.

Todos estos ejemplos de cómo permitir que los estudiantes **aprendan de forma independiente**, tomen la iniciativa y **participen en el diseño del entorno de aprendizaje**, que es una parte esencial de la actualización de la Sugestopedia. No son **participantes pasivos** en un proceso controlado, sino que son **creadores activos** que se conectan y extienden su capacitación más allá de la capacidad del profesor. Esta interacción permite que el contenido se **desarrolle en profundidad** y crear posibilidades para ir más allá de los objetivos o competencias establecidos.

Muchos de estos métodos inductivos también utilizan el aprendizaje combinado donde los alumnos logren mucho a través del **trabajo en grupos**, tanto durante el tiempo programado que pasa en el aula como fuera de él. Del mismo modo, el **espíritu emprendedor** y la educación empresarial son muy importantes cuando se trabaja con grupos marginados. Olajide and James (2011) declaran claramente que estas competencias (incluidas, por ejemplo, la capacidad de planificar, organizar, gestionar, liderar y delegar, analizar, asumir los riesgos, etc.) están estrechamente relacionadas y pueden desarrollarse mejor sobre la base de un **modelo de investigación**.

Este enfoque también implica que cuando se promueve el aprendizaje innovador es importante tener en cuenta las necesidades de cada **entorno de aprendizaje**, aula y estudiante, en lugar de adoptar un enfoque unificado para todos. Para este fin, el modelo de aprendizaje combinado debe incluir elementos de **autoevaluación** y diseño educativo para evitar situaciones en las que el profesor **simplemente "enseña"** un determinado plan de estudios en lugar de diseñar y **adapta los materiales de aprendizaje disponibles al perfil de sus estudiantes**. Al mismo tiempo, debemos tener en cuenta que no todos los maestros están preparados o **capacitados** para diseñar la educación y **hacer ajustes** al material. En este caso, es importante permitir el intercambio de **prácticas** entre los maestros a través de una red en línea para que puedan compartir ideas, experiencias y formas de adaptar el currículum y las lecciones a diferentes contextos del aula. Para ello, en el marco del proyecto y la metodología "NEWave in Learning", prestamos especial atención al intercambio de información y la creación de **una plataforma en línea** donde se **produce dicho cambio y comunicación**.

## JUEGOS Y TAREAS

### Tarea 1

Revise la tabla y clasificación de Eryilmaz (2015) que muestra las diferencias entre ambientes de aprendizaje presenciales y en línea. ¿Cuáles son los pro y contras de cada parámetro en su opinión?

### Tarea 2

Selecciona un tema del material que enseña y escribe un plan corto sobre como organizaría este tema utilizando el aprendizaje combinado.

## PRESENTACION DE LOS CONOCIMIENTOS ADQUIRIDOS

Mire los tres componentes siguientes y piense en ¿cuáles serán las características de un proceso de aprendizaje combinado organizado por usted? De ejemplos concretos de la teoría que introdujimos y que utiliza en su práctica. Divida su modelo en tres componentes: aprendizaje en línea, supervisión de alumnos y aprendizaje en un aula tradicional.

### Componente No.1: Entrega en Línea

La comunicación de cualquier entrenamiento mixto se realiza a través de una de las plataformas de aprendizaje en línea disponibles en el mercado. Dichas plataformas facilitan en gran medida la entrega de contenido, la gestión de procesos y el aprendizaje asíncrono. Sea cual sea la plataforma que elija, no tenga miedo de experimentar con ella. ¡Al contrario – hazlo! Cambia y actualiza constantemente su forma y contenido. Esto sin duda asegurará su relevancia actualizada.

La mayoría de ellos también tienen versiones gratuitas. Por supuesto, sus funcionalidades son bastante limitadas, pero aun así son un buen punto de partida para establecer una conexión en línea con sus estudiantes. Además, también puede utilizar una de las herramientas de evaluación en línea disponibles, como Juno o Google Forms. Ofrecen numerosas formas de recopilar y analizar la información.

### Componente No.2: Control de Estudiantes

Para que su capacitación combinada tenga éxito, debe considerar a sus estudiantes como participantes democráticos en su propio desarrollo, a quienes debe presentar con anticipación los términos del contrato público y los resultados

esperados. Solo después de eso, puedes comenzar a trabajar en los contenidos del proyecto. Además, no debe olvidar que tener el control es un privilegio, no un derecho. También debe tener en cuenta que sus estudiantes necesitarán algo de tiempo para acostumbrarse a su nuevo status quo y comenzar a responsabilizarse de su propia capacitación

### Componente No. 3: Aprendiendo en un aula tradicional

La mejor manera de tener una formación tradicional en el aula es descentralizarla. Imagina un aula en la que los estudiantes se dividen en cuatro grupos. Un grupo de cuatro a seis estudiantes está trabajando activamente en la investigación / tarea, conversando ocasionalmente, pero en gran parte en la tarea. El segundo grupo es la edición entre pares de ensayos. El tercer grupo está en una pizarra, dibujando un gráfico que representa el cambio en la tecnología y las estrategias entre la Primera Guerra Mundial y la Segunda Guerra Mundial. El grupo final está sentado alrededor de una mesa pequeña con el maestro, discutiendo las preguntas esenciales de la unidad y diseñando otras nuevas. De esta manera, se garantiza un compromiso al 100% de todos los que están presentes en el aula y no pueden „escapar“ del flujo de la mente.

El enfoque de enseñanza de las aulas tradicionales debería cambiar. El rol de los maestros debería ser más de mentores que guían a sus estudiantes no hacia el dominio del 100% del contenido de aprendizaje, sino hacia la construcción de una sociedad democrática. Por supuesto, los estudiantes también necesitarán orientación para realizar esta tarea grupal.

En conclusión, nos gustaría darle un último consejo: siempre tome fotos o videos de lo que está sucediendo en el aula y, cuando sea posible, comparta su trabajo en línea. Básicamente, las personas desconfían de las cosas que no les son familiares. Muéstrate a ti mismo y a los demás qué es la educación mixta y sus beneficios se revelarán naturalmente.

Fuente: [http://www.edweek.org/tm/articles/2014/10/08/ctq\\_tolley\\_blended\\_learning.html](http://www.edweek.org/tm/articles/2014/10/08/ctq_tolley_blended_learning.html).



### BUENAS PRACTICAS

Consulte la información en el sitio web del proyecto GREENT <https://greentproject.eu/>. ¿Qué notaste? ¿Encuentras las características del aprendizaje combinado? Analice los componentes separados y evalúe si el modelo se puede aplicar en su organización.

### APLICACIÓN PRACTICA

Después de examinar el modelo GREENT que incorpora el aprendizaje combinado, piensa que y señale como puede aplicar el modelo de aprendizaje combinado en su practica.



## CAPÍTULO III MODELO DE ESTUCTURACIÓN DEL APRENDIZAJE

*"Cada uno tiene su propia versión de Sugestopedia"*

**Prof. Dr. Georgi Lozanov**

## OBJETIVOS DEL TEMA

Después de familiarizarse con el tema, podrá:

- Describir y organizar el modelo de estructuración del aprendizaje;
- Señalar al menos una característica de cada etapa del modelo;
- Analizar y comparar las etapas individuales en relación con sus tareas de preparación y realización de programas de capacitación;
- Aplicar el modelo para la planeación de clases para alumnos;
- Dar ejemplos del cómo podría usar el modelo en su trabajo;
- Identificar ejemplos y analizar la implementación del modelo;
- Crear nuevas características para las etapas individuales relacionadas con la implementación del modelo en su trabajo;
- Dar ejemplos de actividades en cada etapa.

## VERIFICACIÓN DE LA COMPRENSIÓN

En grupo o por usted mismo, discuta y anote las respuestas a las siguientes preguntas y tareas:

- ¿Qué etapas atraviesas cuando prepares una clase?
- ¿Cuáles son los principales elementos de la planificación y la conducción de los programas de capacitación/clases que utiliza en su trabajo?
- ¿A través de qué etapas pasan tus clases?

## CONTENIDO

El **Modelo de Estructuración de Aprendizaje** es un **ciclo de etapas** para la preparación de **programas de capacitación** y **cursos** que se basan en el **Ciclo de la Sugestopedia**, el **Ciclo de Colb** y el **Modelo de 11 pasos del Centro Internacional de Aprendizaje Acelerado (por sus siglas en inglés ICAL)**, desarrollado sobre 10 teorías de la psicología, pedagogía, aprendizaje y desarrollo personal. El **Ciclo de la Sugestopedia** se ha aplicado durante más de 40 años en la Sugestopedia clásica (para más información, vea el Capítulo... "Sugestopedia"). El **ciclo de Colb** formulado en 1984 por David Colb, se ha aplicado en negocios y en la educación a través de la experiencia por más de 30 años (para más información, vea el Capítulo "Aprendizaje Empírico y Estilos de Aprendizaje"), El modelo ICAL se ha aplicado con éxito en los últimos 35 en todo el mundo por expertos del instituto y se usa para la preparación de eventos y programas de capacitación.

En este capítulo, presentamos nuestra comprensión de la interrelación de estos tres conceptos de **estructuración** de contenido, **preparación** e **implementación** de un programa de capacitación. Para familiarizarse con el origen

del **Ciclo Sugestopedico**, puede contactar al Instituto Sugestopedico "Prof. Dr. Georgi Lozanov" en Bulgaria. Para la implementación del Ciclo Colb las organizaciones de renombre mundial como Outward Bound, The Duke of Edinburgh's International Award y varias organizaciones empresariales. Para el **modelo de 11 pasos** y su implementación, puede comunicarse con el Centro Internacional para el Aprendizaje Acelerado (ICAL) en Estados Unidos.

El presente modelo de estructuración del aprendizaje conserva muchos elementos de la estructura de los métodos de enseñanza para adultos, sugestopedico y desugestopedico de idiomas extranjeros. Combina esta estructura con los desarrollos del **Centro para el Aprendizaje Acelerado** y las etapas del **Ciclo de Colb** desarrollado a un más en su concepto, dando así a los profesores una herramienta poderosa para la planificación y preparación estructurada. El modelo está compuesto por **5 pasos, 8 elementos** (reglas) que están presentes en cada etapa y **13 actividades consecutivas**. Cada etapa y cada actividad contienen un conjunto de acciones para la preparación de un programa de capacitación, curso o clase. Cada una de las **etapas** y **actividades** proporcionan al capacitador y al profesor un **conjunto de ideas** y **herramientas** para preparar el **contenido** y las actividades de un programa.

### Pasos:

1. Preparación – análisis y globalización;
2. Introducción;
3. Introducción de material de aprendizaje;
4. Desarrollo y activación;
5. Presentación artística y aplicación.

### Elementos/Reglas:

1. **Amor** – Establecimiento de actitud y relaciones. Mantenimiento del flujo docente. Enamorarse del tema enseñado.
2. **Libertad** – Creación de muchos incentivos. Diseño de objetivos (efectivo/plan efectivo) y marco. Generación de un número máximo de actividades para diferentes tipos de estudiantes;
3. **Convicción en el maestro**– Voz y entonación. Creación de actitudes;
4. **Aumento múltiple del volumen de entrada** – Definición de competencia y volumen del material de aprendizaje;
5. **Global-Parcial, Parcial-Global** – Análisis y globalización del material;
6. **Proporción de oro** – Diseño de tiempos y etapas y diseño de materiales y ambientes;
7. **Uso de las artes clásicas** – Introducción de la información, ambiente y periferia.
8. **Evaluación y aplicación** – Evaluación y establecimiento del entorno de aplicación.



## Actividades:

1. **Análisis y globalización** (síntesis) del contenido;
2. **Actividades preliminares** con los alumnos – conducción de **una entrevista (centro de evaluación)**;
3. **Apertura**;
4. **Descripción general**;
5. **Objetivos**;
6. **Tarea inicial del equipo**;
7. **Introducción activa** del material de aprendizaje;
8. **Introducción pasiva** del material de aprendizaje;
9. **Desarrollos** (primarios, secundarios y terciarios);
10. **Presentación creativa**;
11. **Revisión**;
12. **Cierre. Ritual**;
13. **Solicitud**

## Características del modelo:

Paso 1

### Preparación, análisis y globalización

Actividades

#### 1. Análisis y globalización (síntesis) del contenido

- Análisis de contenido y determinación de núcleos de competencias docentes;
- Análisis de los resultados esperados, comportamiento y definición de un perfil del estudiante exitoso;
- Globalización del contenido de aprendizaje;
- Determinación de la naturaleza y el entorno de aplicación

#### 2. Actividades preliminares con los estudiantes – conducción de una entrevista (centro de evaluación)

- Comunicación preliminar con los alumnos, que incluye materiales didácticos;
- Realización de entrevistas individuales con los alumnos. Identificación de barreras sugestivas y creación de estrategias para superarlas
- Conducción del centro de evaluación para evaluar las competencias de los estudiantes antes del curso;



- Establecimiento de expectativas y prestigio;
- Disposición del aula y creación de un ambiente positivo;
- Cartel de bienvenida;
- Flores y música.

Paso 2

## Inroducción

Actividades

### 3. Apertura

- Una actividad creativa que aumenta la energía que conecta al maestro, el material y los estudiantes;
- Actividades de apertura que permite que los participantes se conozcan y establezcan relaciones entre ellos;
- Puede ser social, significativo o ambos;
- Inicia cada curso o sección/ciclo por separado;
- La primera actividad tiene una fuerza enorme porque establece el tono del curso y da una idea de lo que se debe seguir;
- Tanto los alumnos como los profesores intercambian ideas e información

### 4. Descripción general

- Hacer al inicio de cada curso y de cada ciclo;
- El resumen le da la palabra al profesor para presentar el “panorama general” del curso o la sección/ciclo;
- El profesor proporciona información sobre el contenido de aprendizaje global y crea conexiones en un plan humano común;
- El primer resumen del curso incluye la definición de roles y reglas de trabajo.

### 5. Objetivos

- Las metas se presentan en cada sección/ciclo;
- Crear expectativas y actitudes para el aprendizaje;
- Formulan las responsabilidades de los estudiantes;
- Sincronizar las metas personales de los estudiantes con el propósito del curso;
- Los estudiantes pueden interactuar con el material y hacer preguntas.

### 6. Tarea inicial del equipo

- Прави се само в края на корицата (първият цикъл от курса);
- Se realiza solo al final de la cubierta (el primer ciclo del curso);



- Permite que los grupos trabajen juntos e identifiquen el conocimiento de la materia impartida;
- Por primera vez, los estudiantes crean un producto, demostrando al maestro su nivel de conocimiento y comprensión del contenido de aprendizaje;

### Paso 3

#### **Introducción de material de aprendizaje;**

##### Actividades

#### **7. Introducción activa del material de aprendizaje**

La música clásica especialmente seleccionada se utiliza en todos los casos durante la introducción activa y el profesor se prepara sobre como presentar la información.

- **Sesión activa de concierto**

- Una forma de proporcionar nueva información en la que el profesor presenta directamente partes de la narrativa del curso a partir de los libros de texto del alumno.

- **Juego de rol**

- Forma interactiva de presentación de nueva información;
- Los juegos de roles pueden ser conducidos por los profesores o los estudiantes;
- Los textos sugestivos se leen en juego de roles dramáticos o introducción de nuevo material;
- Los juegos de roles espontáneos permiten a los estudiantes contribuir con su propia información

- **Aprendizaje cooperativo**

- El profesor introduce el nuevo material con ayuda de juegos, rompecabezas o cartas con imágenes o preguntas;
- Los estudiantes trabajan juntos para procesar la nueva información.

- **Audio-media**

- El nuevo material se presentará a través de varios canales como texto, video, audio y tecnologías web;
- Los estudiantes observan cuidadosamente y se concentraran (individualmente) en sus propios aparatos o en la pantalla.

- **Periferias**

- El profesor utilizara periferias para presentar el nuevo material didáctico;
- Las periferias brindan contenido léxico, gramatical o técnico;
- Las periferias utilizan bocetos, dibujos, imágenes, palabras o textos cortos.

#### **8. Introducción pasiva del material de aprendizaje;**



Durante la introducción, en todos los casos, se utiliza una música clásica especialmente seleccionada.

- **Sesión pasiva de concierto**

- Una forma de proporcionar nueva información en la que el profesor presenta directamente partes de la narrativa de un curso a partir de los libros de textos del estudiante en el que no siga el texto;
- Crea un estado de ánimo Psico-relajado tranquilo y concentrado.

- **Visualización**

- La forma de introducción que se basa en todos los sentidos;
- Las visualizaciones pueden ser guiadas, parcialmente guiadas y autocontenidas. El profesor debe prestar mucha atención a cómo llevar a cabo las visualizaciones;
- Permite a los estudiantes explicar el nuevo material de manera única que puede llevarlos a cualquier parte.

- **Mini lecturas**

- Una forma de presentar nueva información en la que el profesor proporciona el nuevo material como una conferencia;
- Dependiendo de la edad de los estudiantes, las mini lecturas deben de variar de 10 a 25-34 minutos;
- El profesor mantiene la atención de los estudiantes dándoles una mini lectura interactiva.

### Paso 4

#### **Desarrollo y activación**

##### Actividades

#### **9. Desarrollos (primarios, secundarios y terciarios);**

- **Desarrollo primario**

- Los desarrollos permiten a los estudiantes ensayar y explorar la información que se introduce;
- En los desarrollos primarios, el maestro actúa como profesor u orador (la información es proporcionada por el maestro);
- Permite a los estudiantes desarrollar a los estudiantes y la comprensión del material;
- Los ejemplos de desarrollo primario incluyen métodos de TPR (Reacción física total, como en la teoría ICAL), historias, lecturas de conciertos pasivos, ejercicios de escritura o dibujo cortos, experimentos guiados, estimulación cerebral, tareas de sonido y lenguaje "oraciones en vivo"

- **Desarrollo secundario**

- El desarrollo secundario requiere que el maestro actúe como capacitador



(la información proviene tanto del maestro como de los estudiantes);

- Los estudiantes trabajan con el material a un nivel más profundo, enfocándose en su aplicación y análisis para desarrollar habilidades en el campo;
- Los ejemplos de desarrollo secundarios incluyen actividades de lecturas dirigidas por estudiantes, juegos de rol, ejercicios de escritura o Pintura, tarjetas con imágenes o preguntas, discusiones grupales, juegos y rompecabezas, proyectos de investigación y mucho más.

#### ● **Desarrollo terciario**

- En los desarrollos terciarios, el profesor asume el papel de facilitador (la información proviene principalmente de los estudiantes y circula entre ellos);
- Los estudiantes pasan más tiempo trabajando con el material para sintetizar y evaluar la información y obtener una idea de ella;
- Los desarrollos terciarios como los cuestionarios – mientras los estudiantes trabajan con el material, el profesor facilita las actividades y puede evaluar como los estudiantes manejan el material;
- Los ejemplos de desarrollo terciarios incluyen lecturas individuales, ejercicios de escritura, preparación de presentaciones, juegos grupales, diarios, escritura creativa, tareas de resolución de problemas, creación de carteles/poster, manipulación de textos sugerentes, lectura de coros, composición de canciones y poesía, novelas gráficas y más.

Paso 5

### **Presentación creativa y Seguimiento**

Actividades

#### **10. Presentación creativa**

- La presentación creativa les permite a los estudiantes asumir el rol de maestros y repetir los comportamientos y competencias demostrados por el maestro al comienzo del curso o ciclo/sección;
- Se establece un entorno de creatividad colaborativo, con muchos materiales artísticos y medios que los estudiantes pueden usar;
- La presentación muestra y prueba como el estudiante ha dominado el material;
- El éxito y los logros de los estudiantes son los que se busca SIEMPRE, no su fracaso;
- El profesor asegura un montón de buenas prácticas de calidad antes de la prueba;
- Las periferias se dejan colgadas en las paredes durante la presentación y la verificación;
- Durante la presentación y la prueba, los estudiantes pueden usar todos los materiales de aprendizaje (en un entorno de trabajo real, se espera que se usen los recursos disponibles y consulten a alguien si no pueden realizar



una tarea por su cuenta);

- Se crean formatos de presentación y pruebas que los estudiantes pueden hacer en parejas o en grupos;
- Se evita la palabra "prueba" – es bueno para el capacitador crear un glosario de palabras y frases no amenazantes para evaluación y prueba;
- El rendimiento relativo pone a prueba todos los niveles de Bloom: inicialmente, los niveles inferiores y con más práctica y ensayos, el profesor pasa a los niveles más altos.

#### **11. Revisión**

- Las tareas y actividades de revisión son la última oportunidad para que el profesor proporcione información adicional sobre el "panorama general", para aclarar o corregir pasivamente el contenido presentado en el curso o ciclo/sección;
- Si el maestro observa lagunas o errores durante las presentaciones creativas, la revisión de la oportunidad de abordar estos problemas antes de que los estudiantes se "atoren" en ellos;
- Actividades que resumen y parafrasean información clave del capítulo;
- La revisión revisa el contenido presentado en la actividad Resumen.

#### **12. Cierre. Ritual;**

- Ritual para completar un ciclo/capítulo o un curso;
- Actividades finales de un ciclo/capítulo o un curso;
- Crea en los estudiantes un sentido de terminación a partir de su interacción con el material, el entorno y entre ellos;
- Da a los alumnos una sensación de éxito al completar el curso y la confianza de que pueden usar y aplicar prácticamente el conocimiento de este.

#### **13. Solicitud**

- Se realiza después del ciclo/parte o del curso;
- Puede ser en forma de trabajo individual creativo (fuera del curso) o como comunicación de seguimiento con el objetivo de aplicarlo aprendido;
- Mide el efecto y la aplicación de lo aprendido durante el curso en el trabajo o en el aula después de su finalización.

### **JUEGOS Y TAREAS**

#### **Tarea 1**

Describe cada paso del modelo y señala sus características.

#### **Tarea 2**

Piense en un tema que pueda estructurar usando el modelo de 11 pasos. Empiece con algo simple, por ejemplo: "¿Como atar los cordones de nuestros zapatos?". Usa el modelo para enseñar a sus estudiantes a atarse los cordones repasando cada etapa y describiendo lo que los alumnos deben hacer y lograr ello.



### Tarea 3

Da ejemplos de actividades de cada actividad del modelo (¿Cuántas son las actividades en total y cuáles son?). Anote las actividades en un archivo para usarlas en su trabajo en el futuro.

### Tarea 4

Agregue las características del modelo y las actividades individuales que son de relevancia en su trabajo. ¿Como serán las actividades en su trabajo y en su práctica docente?

### Tarea 5

Prepare una clase/sesión de la materia que enseña siguiendo el modelo de estructuración de enseñanza. Describe todas las actividades y toma nota de los elementos.

## PRESENTACIÓN DE LOS RESULTADOS DE APRENDIZAJE

Presente una clase planificada de acuerdo con el modelo de sus compañeros, con quien pueda discutirlo. ¿Qué comentarios recibes? Pruébalo con los estudiantes con los que trabaja. ¿Qué resultados logra? Descríbelos y saca conclusiones y apuntes.

¿Puedes agregar alguna actividad al modelo? ¿En que parte del modelo puedes agregar una actividad o agregar una de las actividades existentes? Escriba su propuesta y envíela a [suggestopediainstitute@gmail.com](mailto:suggestopediainstitute@gmail.com). Le enviaremos sus comentarios.

## MAPA MENTAL Y TERMINOLOGÍA BÁSICA

Revise el mapa mental de las actividades particulares del modelo. ¿Qué teorías de la metodología NEWave in learning actual se pueden integrar en el modelo? De ejemplos.

## BUENAS PRACTICAS

Consulte los materiales de ICAL en los anexos y obtenga más información sobre cómo han funcionado en los últimos 35 años. Para más información visita: [www.center4all.org](http://www.center4all.org).

## APLICACIÓN PRACTICA

Revise el modelo de estructuración de aprendizaje y dé ejemplos de cómo puede usarlo en su práctica. ¿Qué planearías en las 13 actividades y que usarías de él? En su rol de profesor, piense y describa como el modelo ayudara en su futuro trabajo con los estudiantes.



**NEWave in Learning**

*Learning Programme for  
Education*

© 2018 NC Future Now / All rights reserved

**Autor Team:**

**Theodor Vassilev**  
**Milena Lenva**  
**Assoc. Dr Galya Mateva**  
**Diana Bakalova**  
**Maria Tencheva**  
**Plamen Natov**  
**Kremena Tsankova**  
**Ognyan Gadoularov**

**Graphic design:**

**George Merdzhanov**