

Plan Nacional MULTIMODAL 2025

**Comunidad Nacional de
Conocimiento:**

***FORMADOR DE
FORMADORES APLICADO
EN PREVENCIÓN***

El cuidado de sí
suma a tu vida



Nivel 1: Certificación Internacional de Entrenador Lúdico en SST

Experto líder:

Pablo Pinto

Perfil Profesional:

Creador de la metodología LudoPrevención, Coautor del Libro: Manual del Entrenador Lúdico en SST. Magister en Docencia Universitaria y Master en Seguridad e Higiene en el Trabajo.

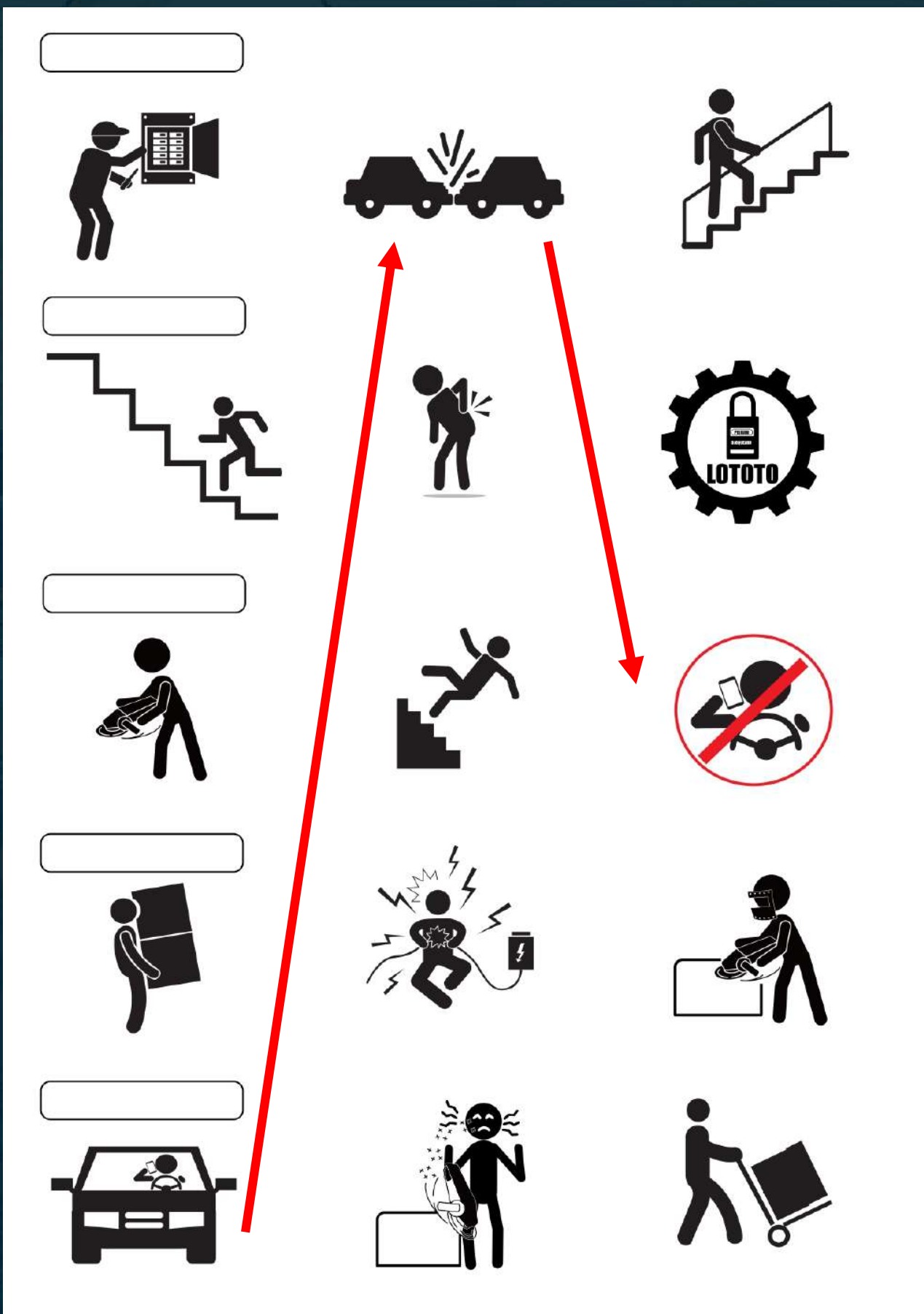


pablojpinto@gmail.com



+51999302680





MATRIZ DE PELIGROS Y RIESGOS																									
PROCESO	ZONA/LUGAR	CARGO	ACTIVIDAD	TAREA	CLASIFICACIÓN		PELIGRO (fuente, situación o acto)		EFECTOS POSIBLES		CONTROL EXISTENTES			EVALUACIÓN DEL RIESGO						VALORACIÓN DEL RIESGO	EXPUESTOS				
					Rutina	No Rutina	Descripción	Clasificación	Salud	Seguridad	Fuente	Medio	Individuo	Nivel de Deficiencia (ND)	Nivel de Exposición (NE)	Nivel de Probabilidad (ND*NE)	Interpretación del Nivel de Probabilidad	Nivel de Consecuencia	Nivel de Riesgo e Intervención (NRI)	Interpretación del Nivel de Riesgo	Acceptabilidad del Riesgo	Plantas	Provisionales	Contratistas	
OPERATIVO	No definida	Técnico administrativo	Elaboración de documentos e informes	Digitación y archivo	X		Postura (prolongadas, mantenida, forzada y anti)	Biomecánicas	Lumbalgias, cervicalgias			Ninguno	Sillas ajustables	Pausas activas	2	3	6	MEDIO	25	150	I	ACEPTABLE CON CONTROL ESPECÍFICO	0	1	0
							Movimiento repetitivo	Biomecánicas	Tendinitis, síndrome del tunel del carpio			Ninguno	Ninguno	Pausas activas	2	3	6	MEDIO	25	150	II	ACEPTABLE CON CONTROL ESPECÍFICO	0	1	0
							Manipulación de cargas	Biomecánicas	Lumbalgias, cervicalgias			Ninguno	Ninguno	Pausas activas	2	3	6	MEDIO	25	150	II	ACEPTABLE CON CONTROL ESPECÍFICO	0	1	0
							Iluminación (luz visible por exceso o deficiencia)	Físico	Disminución de la agudeza visual			Ninguno	Ninguno	Ninguno	2	2	4	BAJO	10	40	II	MEJORABLE	0	1	0
							Hongos	Biológico	Enfermedades de la piel			Ninguno	Ninguno	Uso de guantes y tapabocas	6	4	24	ALTO	10	240	II	ACEPTABLE CON CONTROL ESPECÍFICO	0	1	0
							Locarvo (sistema y medios de almacenamiento)	Condiciones de Seguridad	Caidas a nivel, fracturas, contusiones			Ninguno	Ninguno	Ninguno	2	2	4	BAJO	10	40	II	MEJORABLE	0	1	0
							Características de la organización del trabajo	Psicosocial	Stress laboral, fatiga, cansancio, dolores musculares			Ninguno	Ninguno	Dinámicas de integración	6	2	12	ALTO	10	120	II	MEJORABLE	0	1	0
							Condiciones de la tarea (carga mental, contenido de la	Psicosocial	Stress laboral, fatiga, cansancio, dolores			Ninguno	Ninguno	Capacitación en autocuidado	6	2	12	ALTO	10	120	II	MEJORABLE	0	1	0

1. Soy de Santa Marta

2. Vivo en Perú desde hace 14 años

3. Tengo 1 solo riñón

4. Perdí Mecánica de Fluidos en la Universidad

5. Sé hablar inglés

6. Me gusta el fútbol

¿Cómo aprendiste a dictar capacitaciones?

¿Cómo se llama la
ciencia de la
educación para
Adultos?

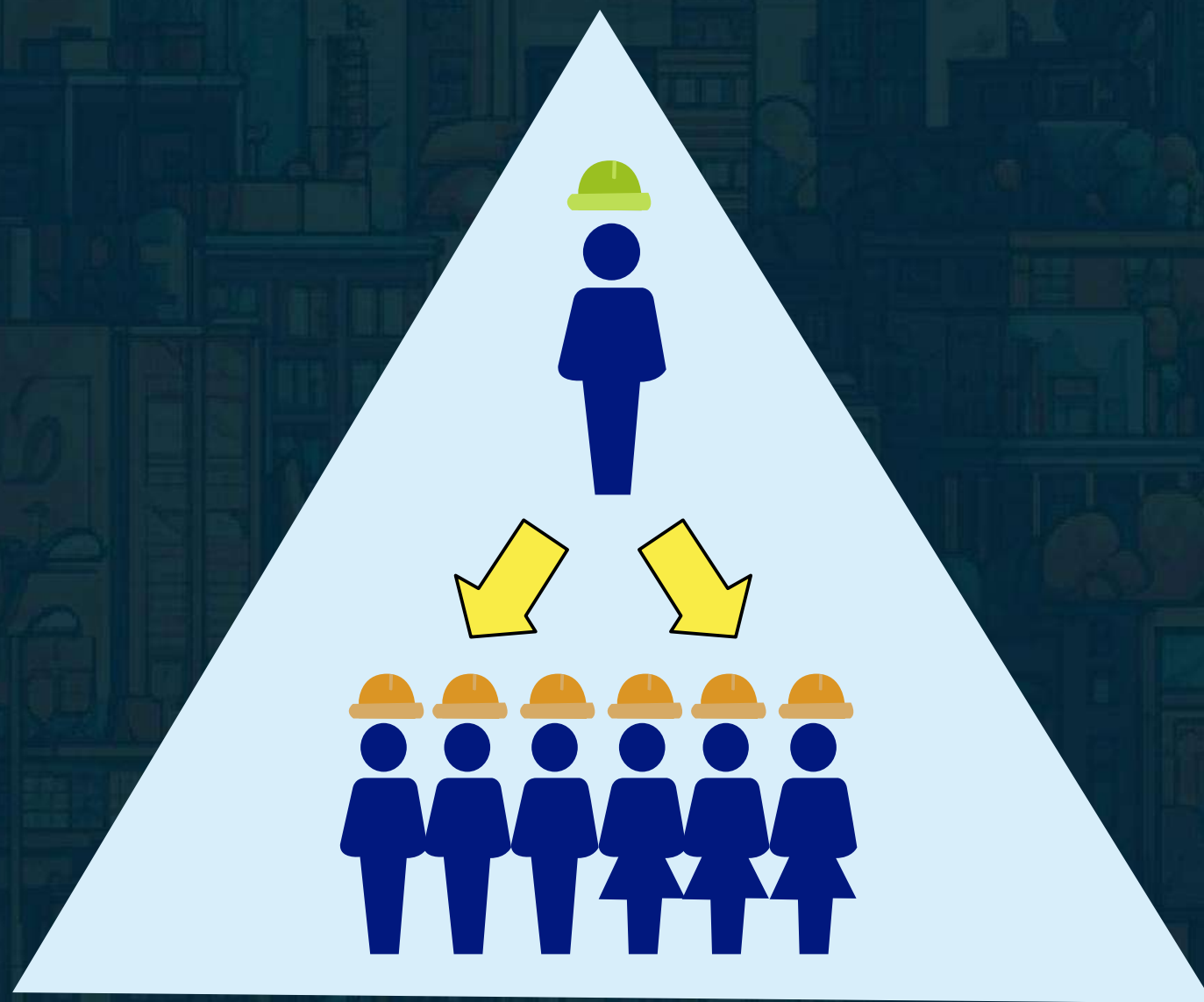




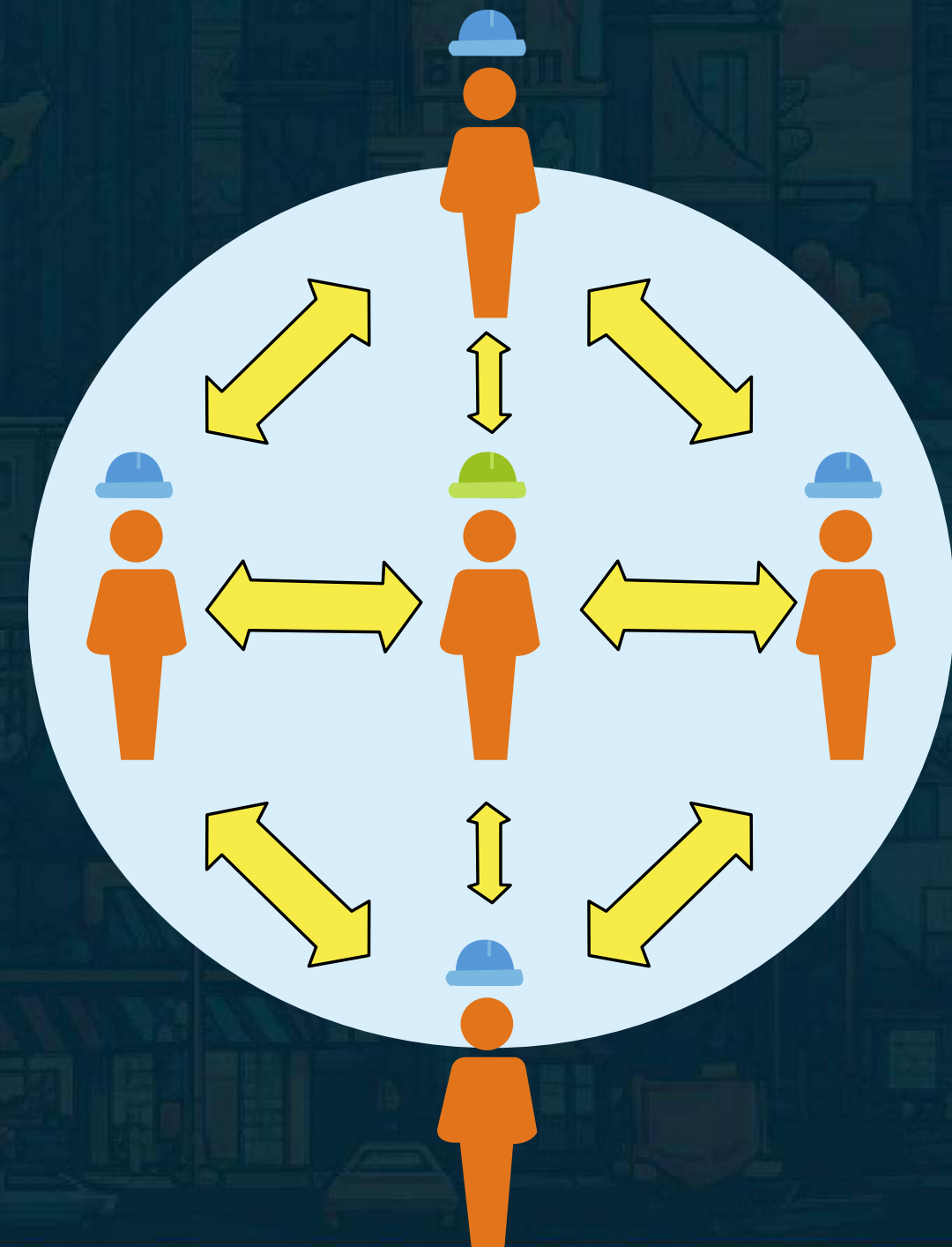
ANDRAGOGÍA

EL OBJETO DE ESTUDIO ES EL ADULTO

Pedagogía



Andragogía

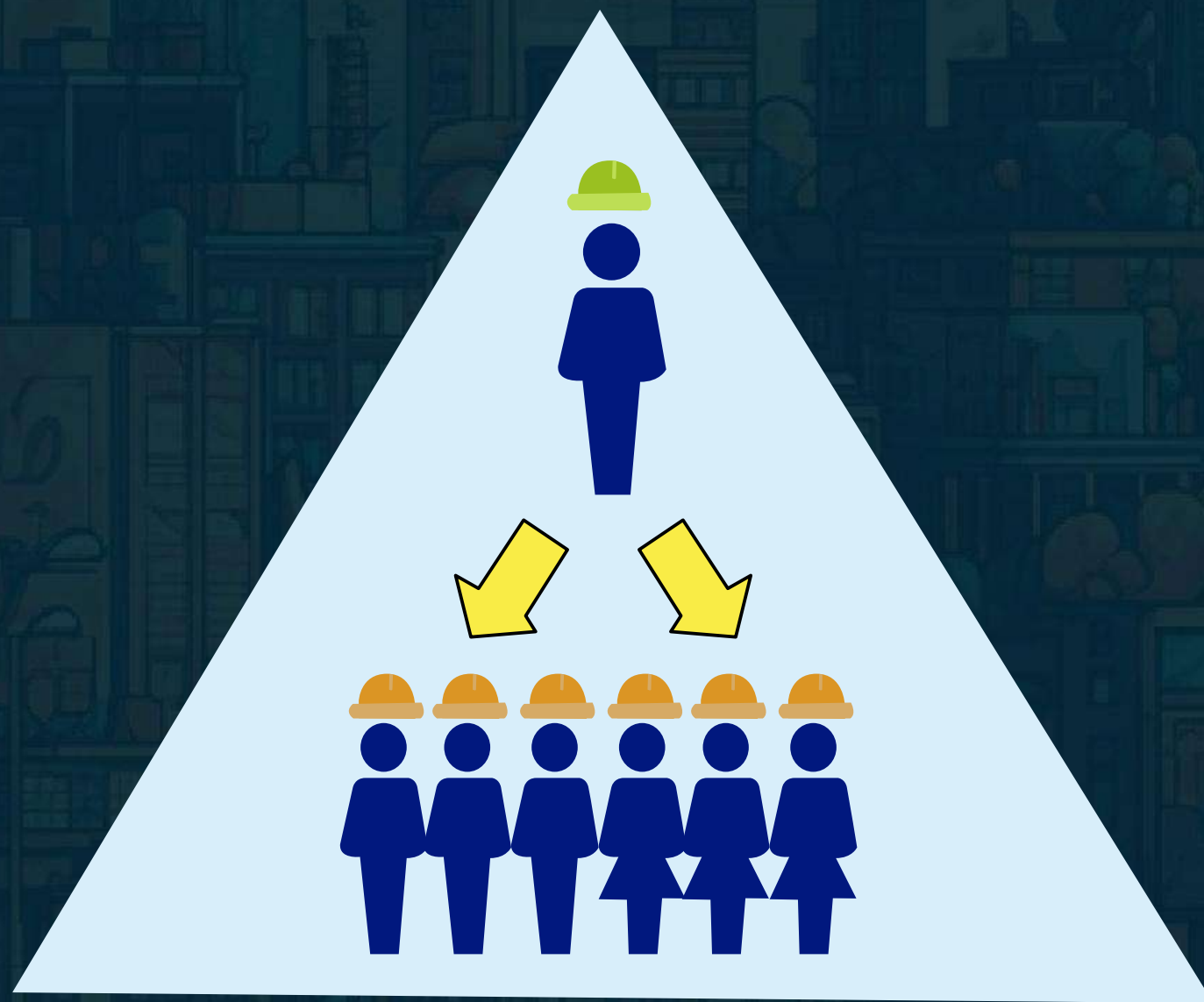


Cómo aprenden los niños y los adultos

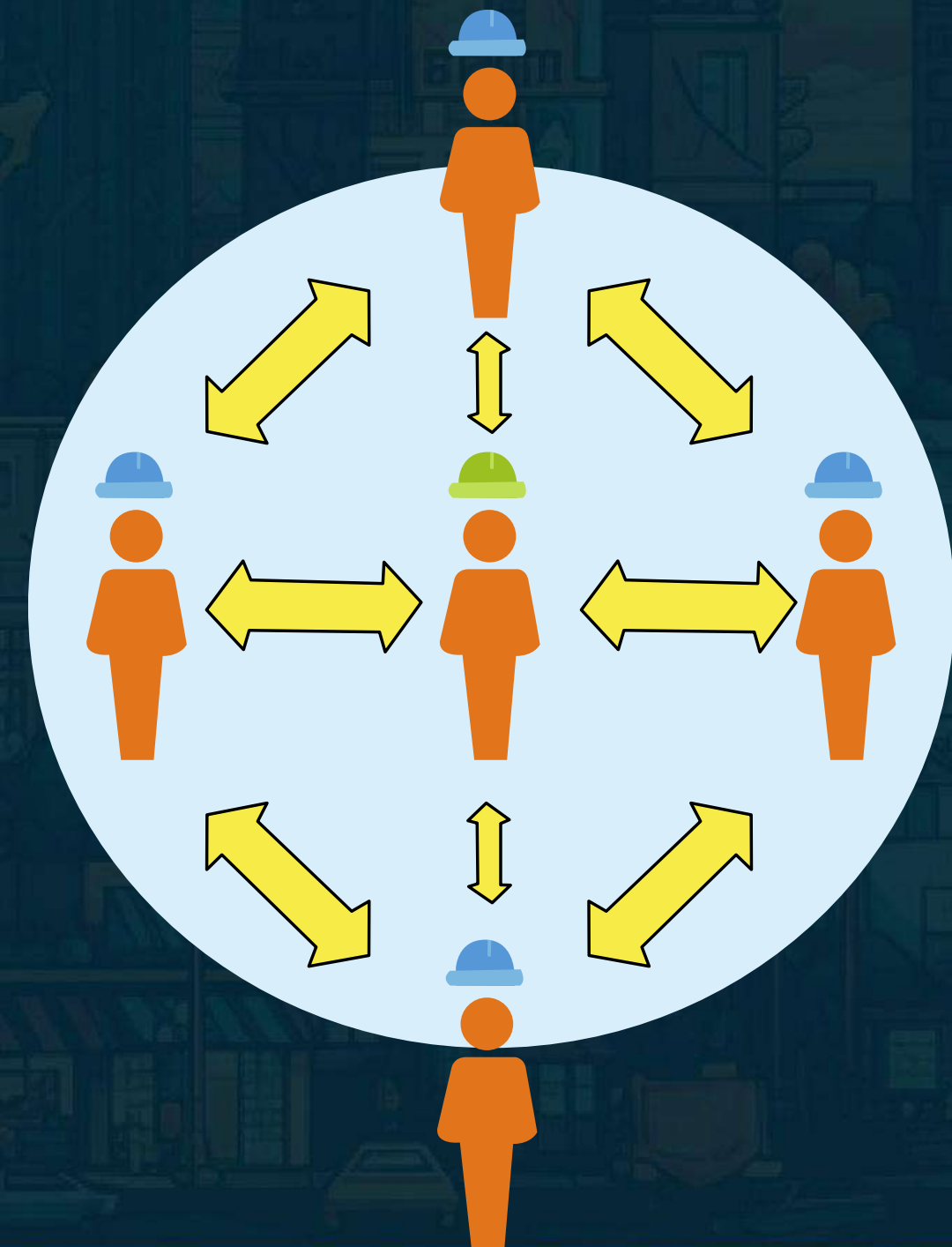
El niño	El adulto
Estudia por imposición	Estudia por propia decisión
Los maestros señalan las materias de estudio	Selecciona lo que habrá de aprender
Estudia las cosas aun cuando no les vea un interés práctico	Esta dispuesto a esforzarse solo si reconoce que es funcional y significativo
Su motivación es prepararse para el futuro	Requiere motivaciones concretas: mayor rendimiento, y aplicación inminente
Concepto del tiempo largo e indefinido	Concepto del tiempo como un bien escaso que genera un sentido de urgencia
Experiencia limitada	Experiencia amplia y capacidad para establecer relaciones y encontrar relaciones entre hechos y personas
El maestro es una figura de autoridad y suele someterse él	El maestro proporciona servicio y puede adoptar posturas críticas y exigentes
Aumento del número y área de conocimientos	Reorganiza conocimientos, reestructura, profundiza
Pocos prejuicios	Ha formado prejuicios e ideologías propias
Maleable y dócil	Desarrolla resistencias y fácilmente se bloquea al sentirse amenazado ante los cambios

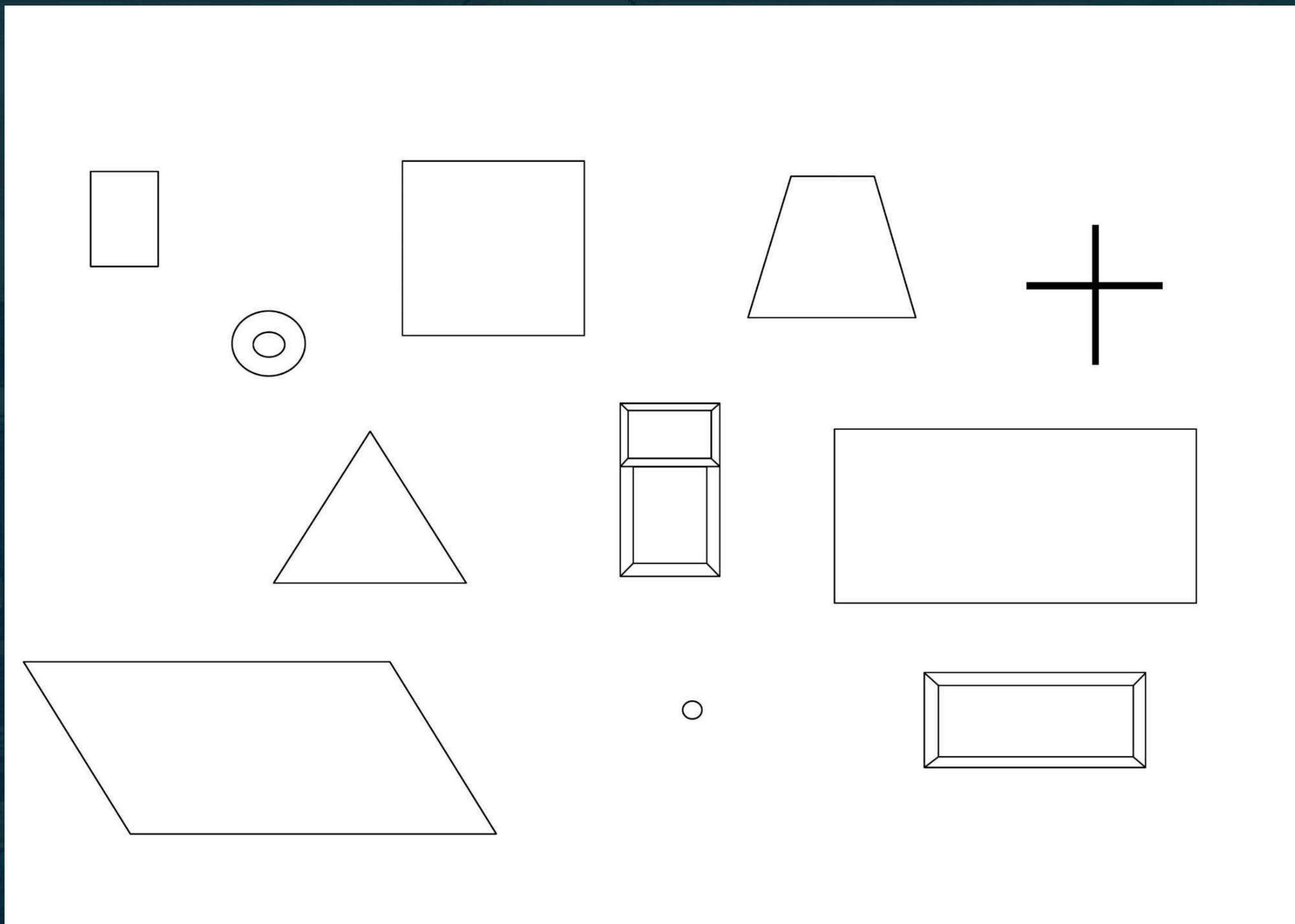
Escribe 4 Ideas sobre cómo se le debe Enseñar a un adulto

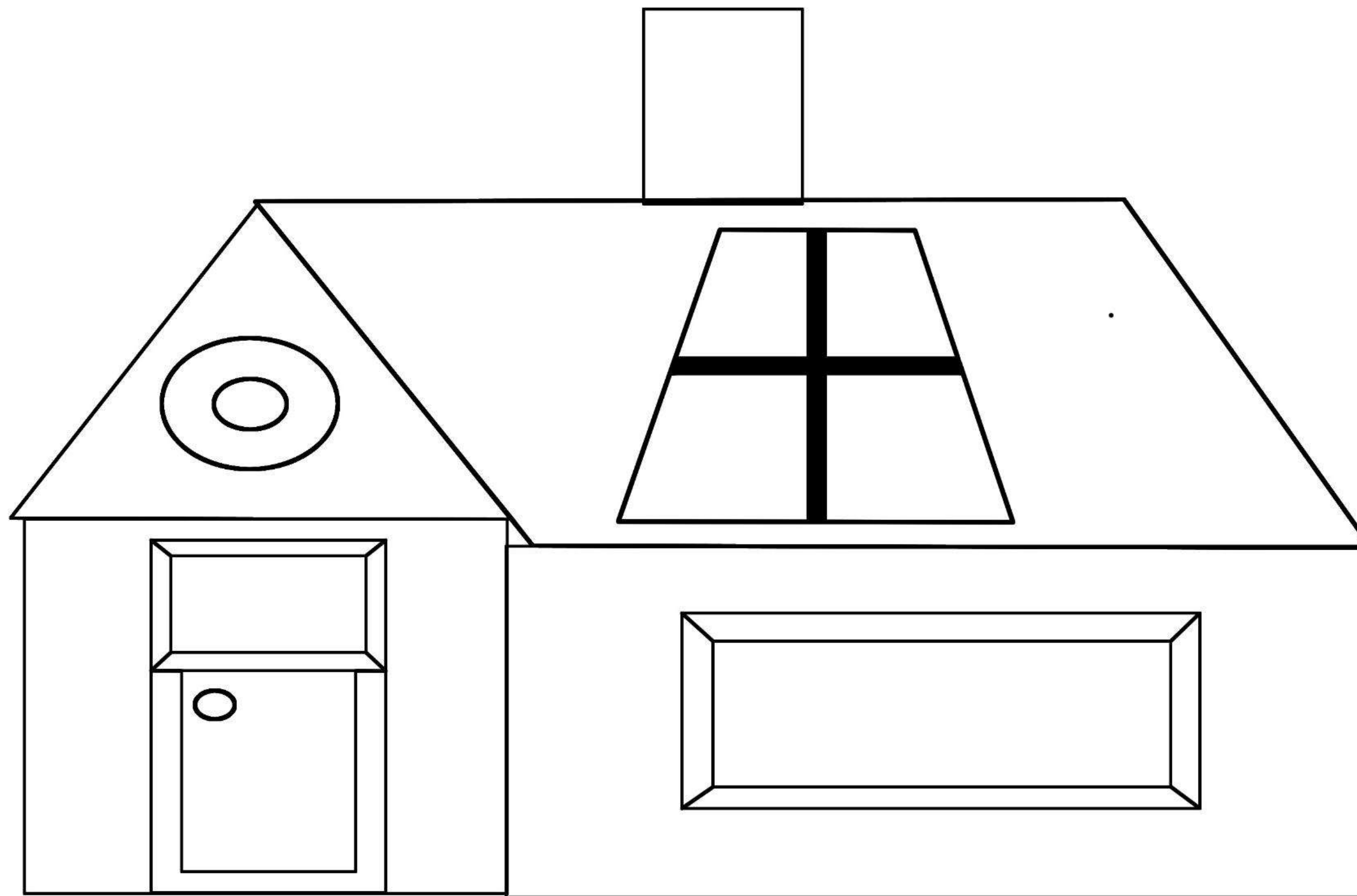
Pedagogía



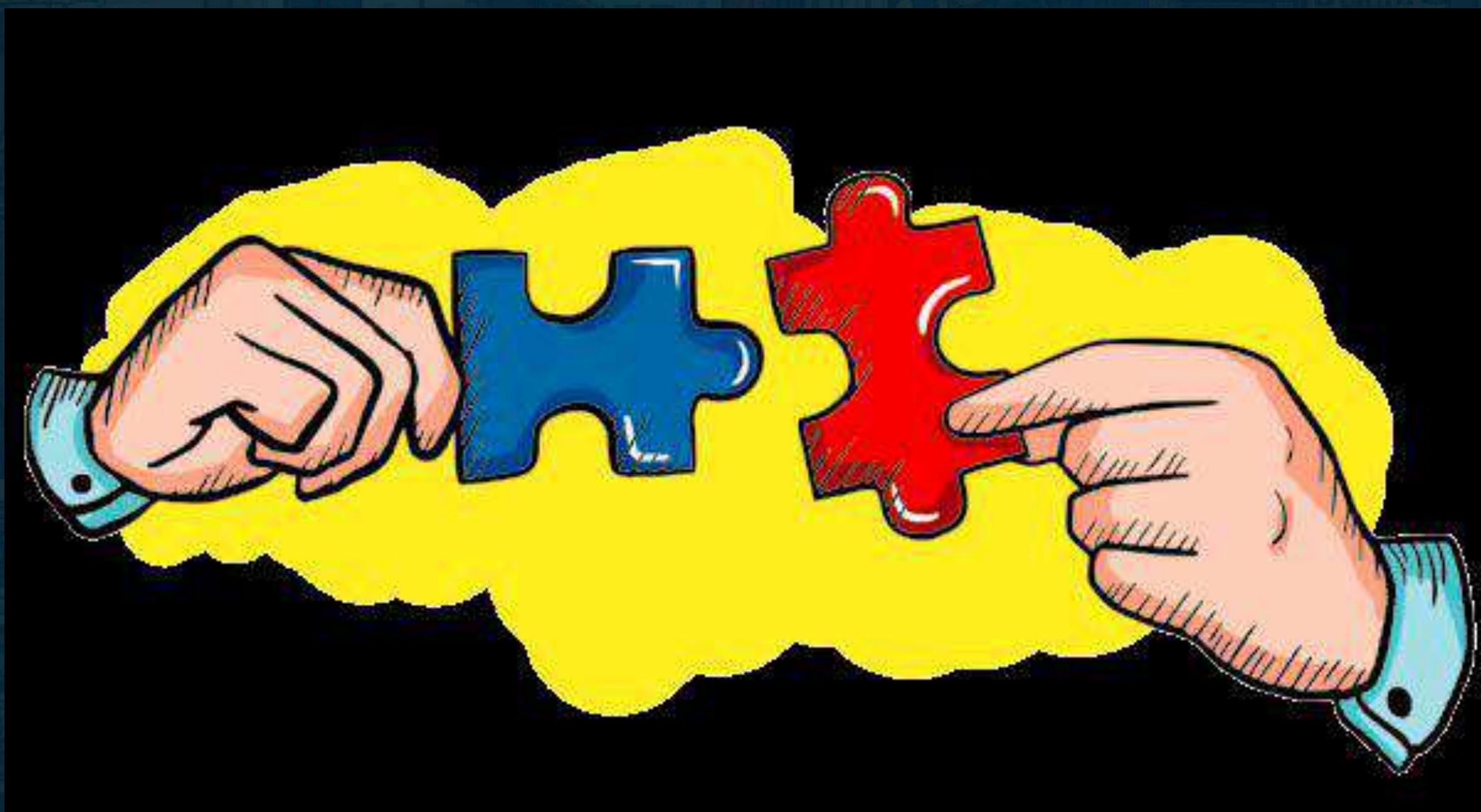
Andragogía







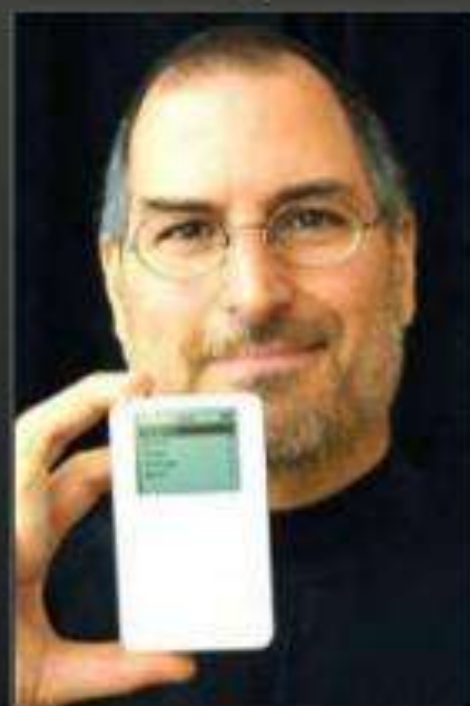
Ley de la Asociación





For example when Steve Jobs introduced the iPod in 2001, he said it came with a 5GB of memory. He broke it down even further by saying you could carry 1,000 songs “in your pocket.”

Jobs always breaks down numbers to make them more interesting and meaningful.



5GB — 1,000 songs







Jugadores

Cancha



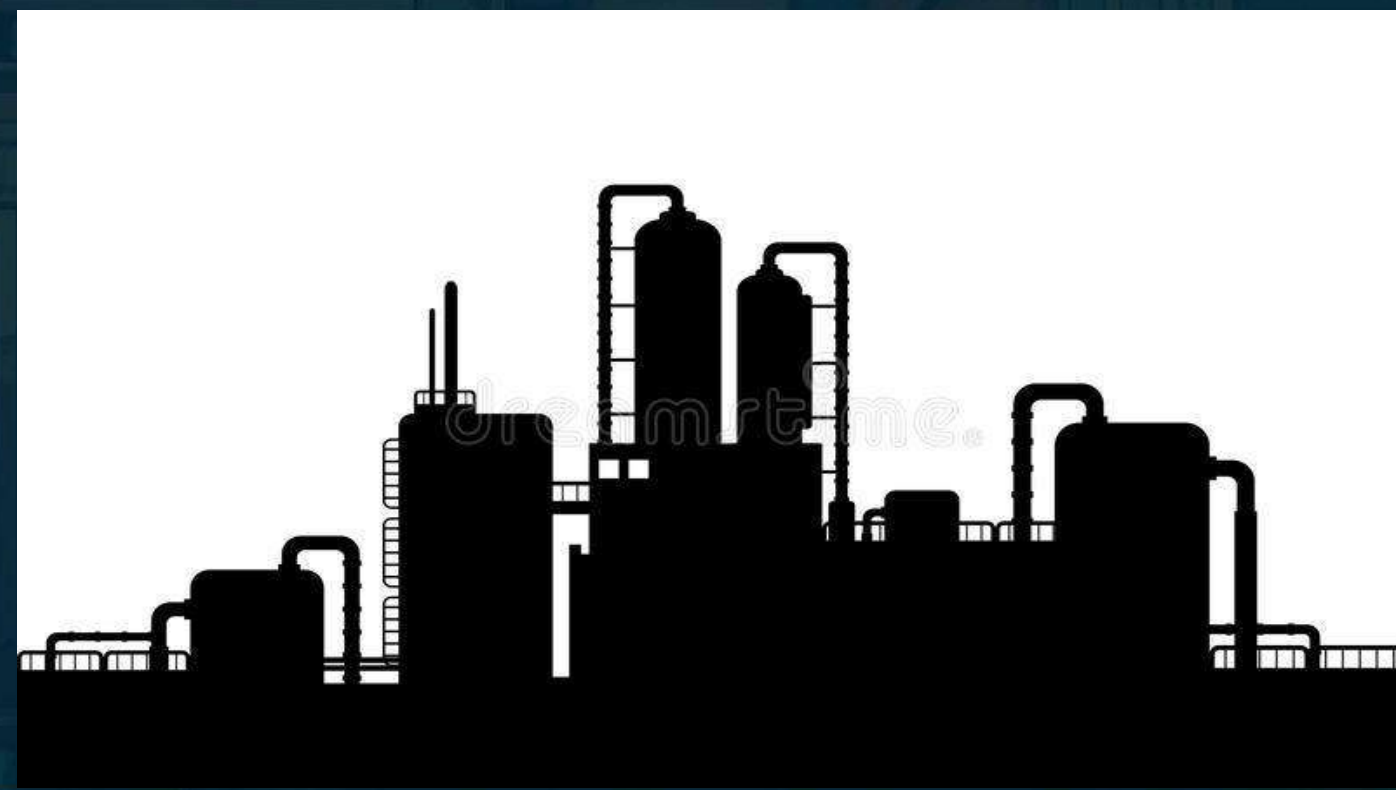
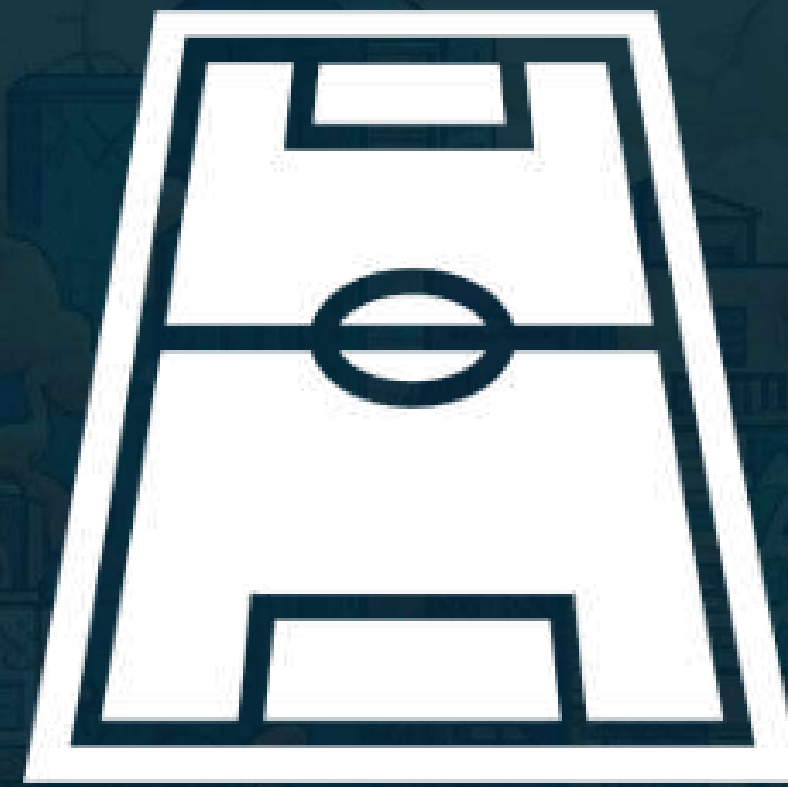
- No usar canilleras
- Hacer una falta
- No Calentar





- Cancha mojada
- Pasto en mal estado







Actos
Inseguros

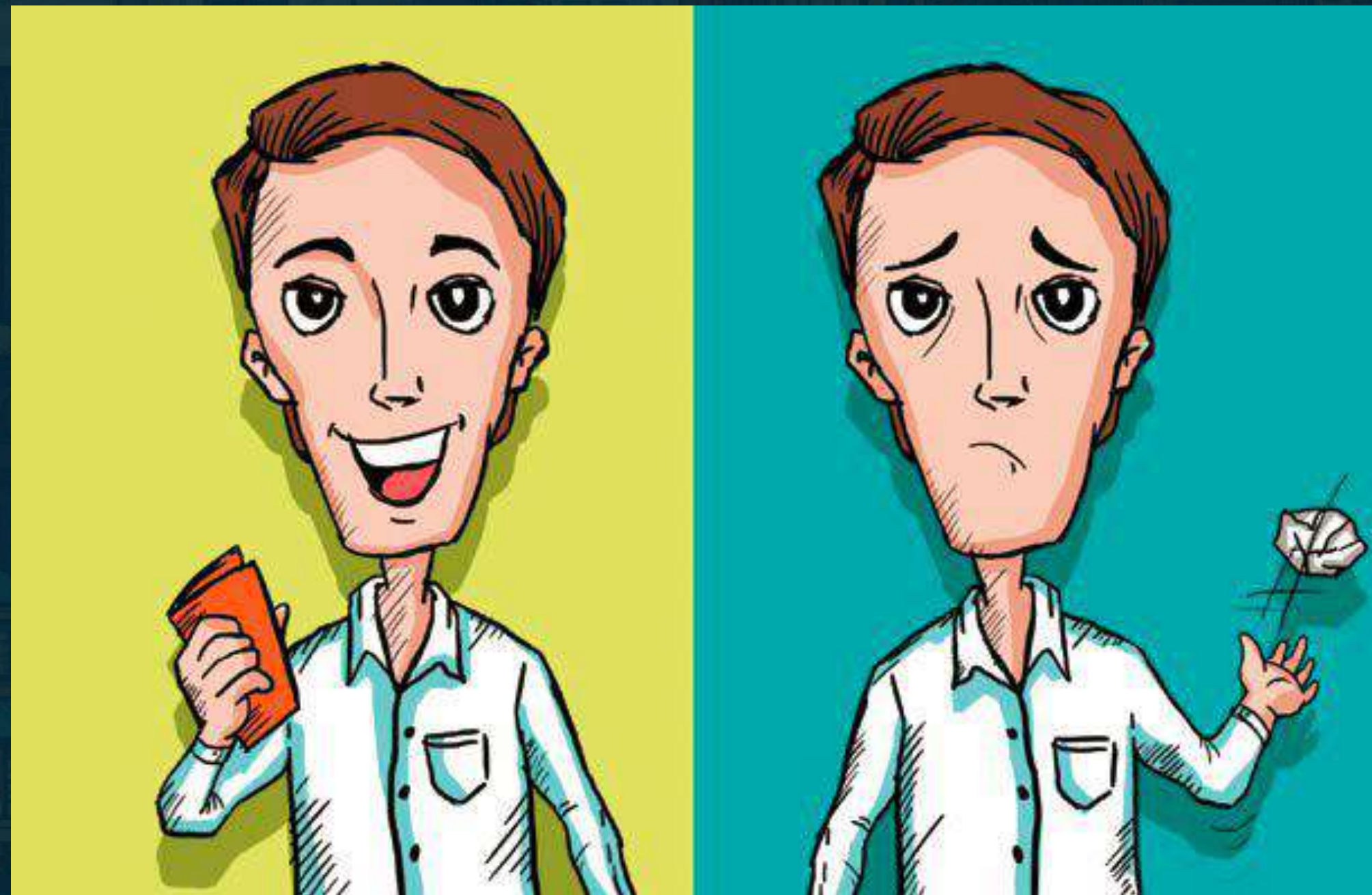
Condiciones
Inseguras

¿Sabías que el
el cerebro ignora
las cosas inútiles,
aquellas que no
necesita?

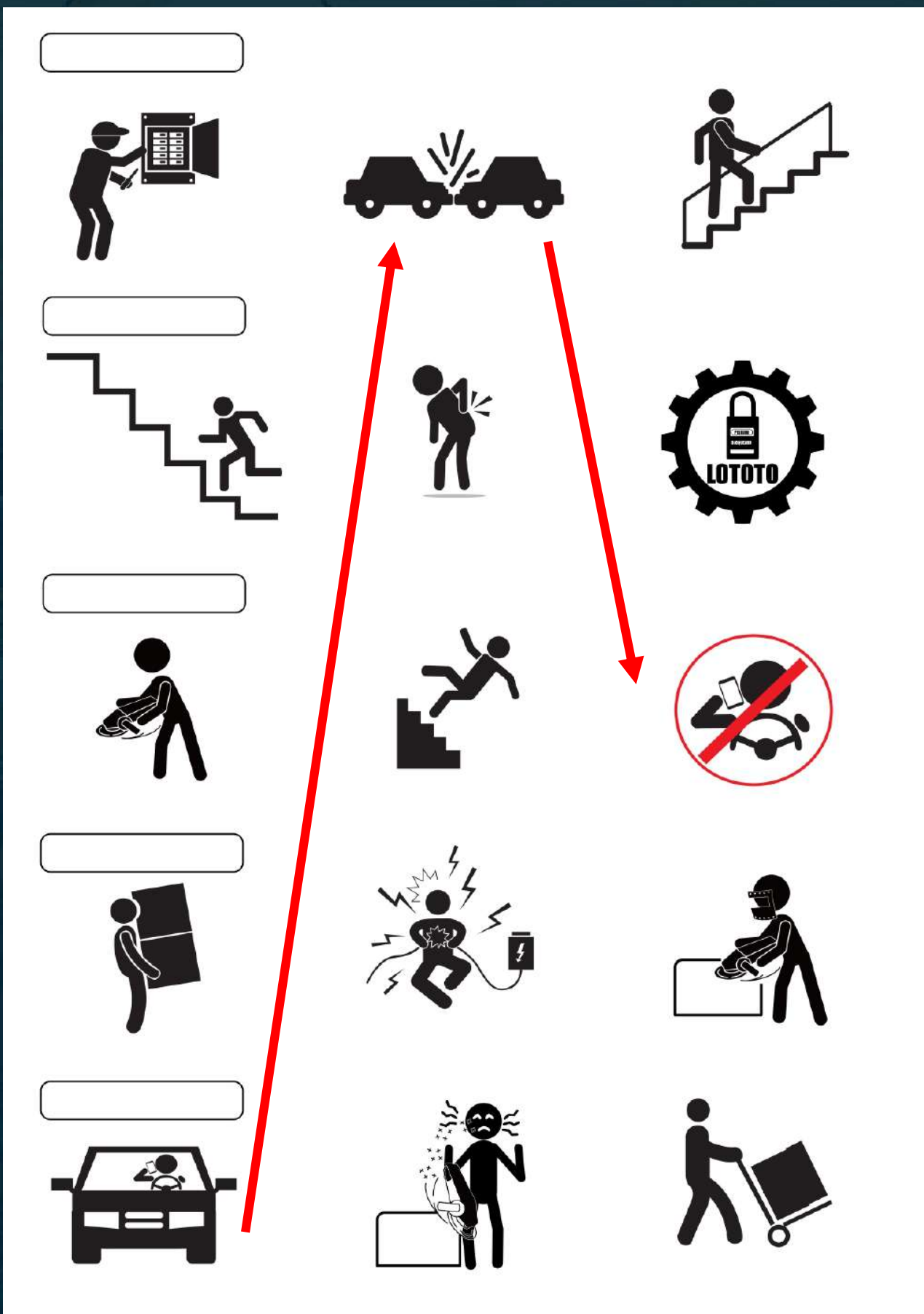
Como, por ejemplo,
el primer “el”
de esta frase.



Ley de la Finalidad







MATRIZ DE PELIGROS Y RIESGOS																									
PROCESO	ZONA/LUGAR	CARGO	ACTIVIDAD	TAREA	CLASIFICACIÓN		PELIGRO (fuente, situación o acto)		EFECTOS POSIBLES		CONTROL EXISTENTES			EVALUACIÓN DEL RIESGO						VALORACIÓN DEL RIESGO	EXPUESTOS				
					Rutina	No Rutina	Descripción	Clasificación	Salud	Seguridad	Fuente	Medio	Individuo	Nivel de Deficiencia (ND)	Nivel de Exposición (NE)	Nivel de Probabilidad (ND*NE)	Interpretación del Nivel de Probabilidad	Nivel de Consecuencia	Nivel de Riesgo e Intervención (NRI)	Interpretación del Nivel de Riesgo	Acceptabilidad del Riesgo	Plantas	Provisionales	Contratistas	
OPERATIVO	No definida	Técnico administrativo	Elaboración de documentos e informes	Digitación y archivo	X			Postura (prolongadas, mantenida, forzada y anti)	Biomecánicas	Lumbalgias, cervicalgias		Ninguno	Sillas ajustables	Pausas activas	2	3	6	MEDIO	25	150	I	ACEPTABLE CON CONTROL ESPECÍFICO	0	1	0
								Movimiento repetitivo	Biomecánicas	Tendinitis, síndrome del tunel del carpio		Ninguno	Ninguno	Pausas activas	2	3	6	MEDIO	25	150	II	ACEPTABLE CON CONTROL ESPECÍFICO	0	1	0
								Manipulación de cargas	Biomecánicas	Lumbalgias, cervicalgias		Ninguno	Ninguno	Pausas activas	2	3	6	MEDIO	25	150	II	ACEPTABLE CON CONTROL ESPECÍFICO	0	1	0
								Iluminación (luz visible por exceso o deficiencia)	Físico	Disminución de la agudeza visual		Ninguno	Ninguno	Ninguno	2	2	4	BAJO	10	40	II	MEJORABLE	0	1	0
								Hongos	Biológico	Enfermedades de la piel		Ninguno	Ninguno	Uso de guantes y tapabocas	6	4	24	ALTO	10	240	II	ACEPTABLE CON CONTROL ESPECÍFICO	0	1	0
								Locarvo (sistema y medios de almacenamiento)	Condiciones de Seguridad	Caidas a nivel, fracturas, contusiones		Ninguno	Ninguno	Ninguno	2	2	4	BAJO	10	40	II	MEJORABLE	0	1	0
								Características de la organización del trabajo	Psicosocial	Stress laboral, fatiga, cansancio, dolores musculares		Ninguno	Ninguno	Dinámicas de integración	6	2	12	ALTO	10	120	II	MEJORABLE	0	1	0
								Condiciones de la tarea (carga mental, contenido de la	Psicosocial	Stress laboral, fatiga, cansancio, dolores		Ninguno	Ninguno	Capacitación en autocuidado	6	2	12	ALTO	10	120	II	MEJORABLE	0	1	0



NORMA
INTERNACIONAL

ISO
45001

Traducción oficial
Official translation
Traduction officielle

Primera edición
2018-03

Sistemas de gestión de la seguridad y
salud en el trabajo — Requisitos con
orientación para su uso

*Occupational health and safety management systems —
Requirements with guidance for use*

*Systèmes de management de la santé et de la sécurité au travail —
Exigences et lignes directrices pour son utilisation*

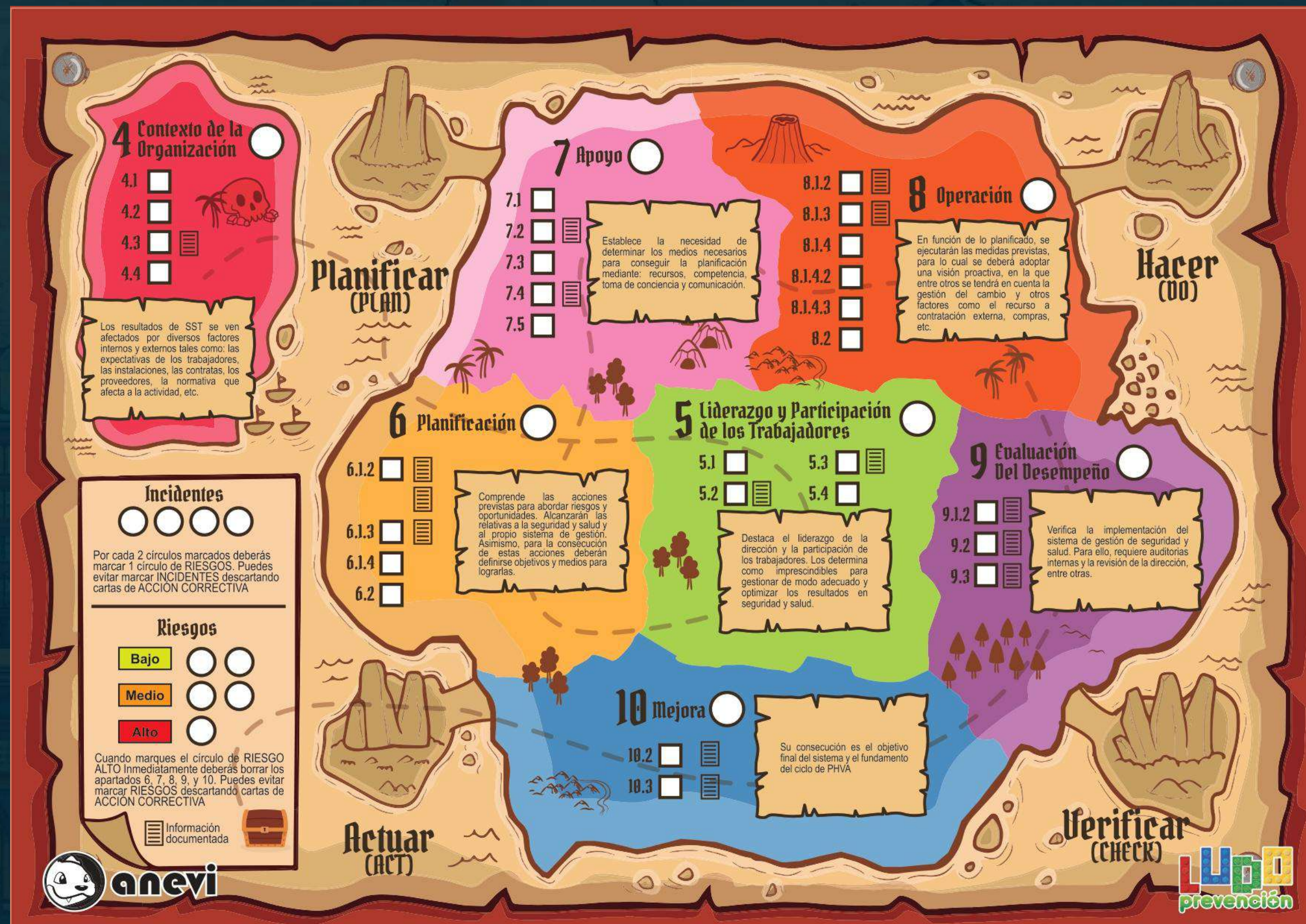
Publicado por la Secretaría Central de ISO en Ginebra, Suiza, como
traducción oficial en español avalada por el *Translation
Management Group*, que ha certificado la conformidad en relación
con las versiones inglesa y francesa.



Número de referencia
ISO 45001:2018
(traducción oficial)

© ISO 2018

- 1.ALCANCE
- 2.REFERENCIAS NORMATIVAS
- 3.TÉRMINOS Y DEFINICIONES
- **4.CONTEXTO DE LA ORGANIZACIÓN**
- 4.1.COMPRENSIÓN DE LA ORGANIZACIÓN Y DE SU CONTEXTO
- 4.2.COMPRENSIÓN DE LAS NECESIDADES Y EXPECTATIVAS DE LOS TRABAJADORES Y DE OTRAS PARTES INTERESADAS
- 4.3.DETERMINACIÓN DEL ALCANCE DEL SISTEMA DE GESTIÓN DE LA SST
- 4.4.SISTEMA DE GESTIÓN DE LA SST
- **5.LIDERAZGO Y PARTICIPACIÓN DE LOS TRABAJADORES**
- 5.1.LIDERAZGO Y COMPROMISO
- 5.2.POLÍTICA DE LA SST
- 5.3.ROLES, RESPONSABILIDADES Y AUTORIDADES EN LA ORGANIZACIÓN
- 5.4.CONSULTA Y PARTICIPACIÓN DE LOS TRABAJADORES
- **6.PLANIFICACIÓN**
- 6.1.ACCIONES PARA ABORDAR RIESGOS Y OPORTUNIDADES
- 6.2.OBJETIVOS DE LA SST Y PLANIFICACIÓN PARA LOGRARLOS
- **7. APOYO**
- 7.1.RECURSOS
- 7.2.COMPETENCIA
- 7.3.TOMA DE CONCIENCIA
- 7.4.COMUNICACIÓN
- 7.5.INFORMACIÓN DOCUMENTADA
- **8.OPERACIÓN**
- 8.1.PLANIFICACIÓN Y CONTROL OPERACIONAL
- 8.1.1.GENERALIDADES
- 8.1.2.ELIMINAR PELIGROS Y REDUCIR RIESGOS PARA LA SST
- 8.1.3.GESTIÓN DEL CAMBIO
- 8.1.4.COMPRAS
- 8.2.PREPARACIÓN Y RESPUESTA ANTE EMERGENCIAS
- **9.EVALUACIÓN DEL DESEMPEÑO**
- 9.1.SEGUIMIENTO, MEDICIÓN, ANÁLISIS Y EVALUACIÓN DEL DESEMPEÑO
- 9.2.AUDITORÍA INTERNA
- 9.3.REVISIÓN POR LA DIRECCIÓN
- **10.MEJORA**
- 10.1.GENERALIDADES
- 10.2.INCIDENTES, NO CONFORMIDADES Y ACCIONES CORRECTIVAS
- 10.3.MEJORA CONTINUA



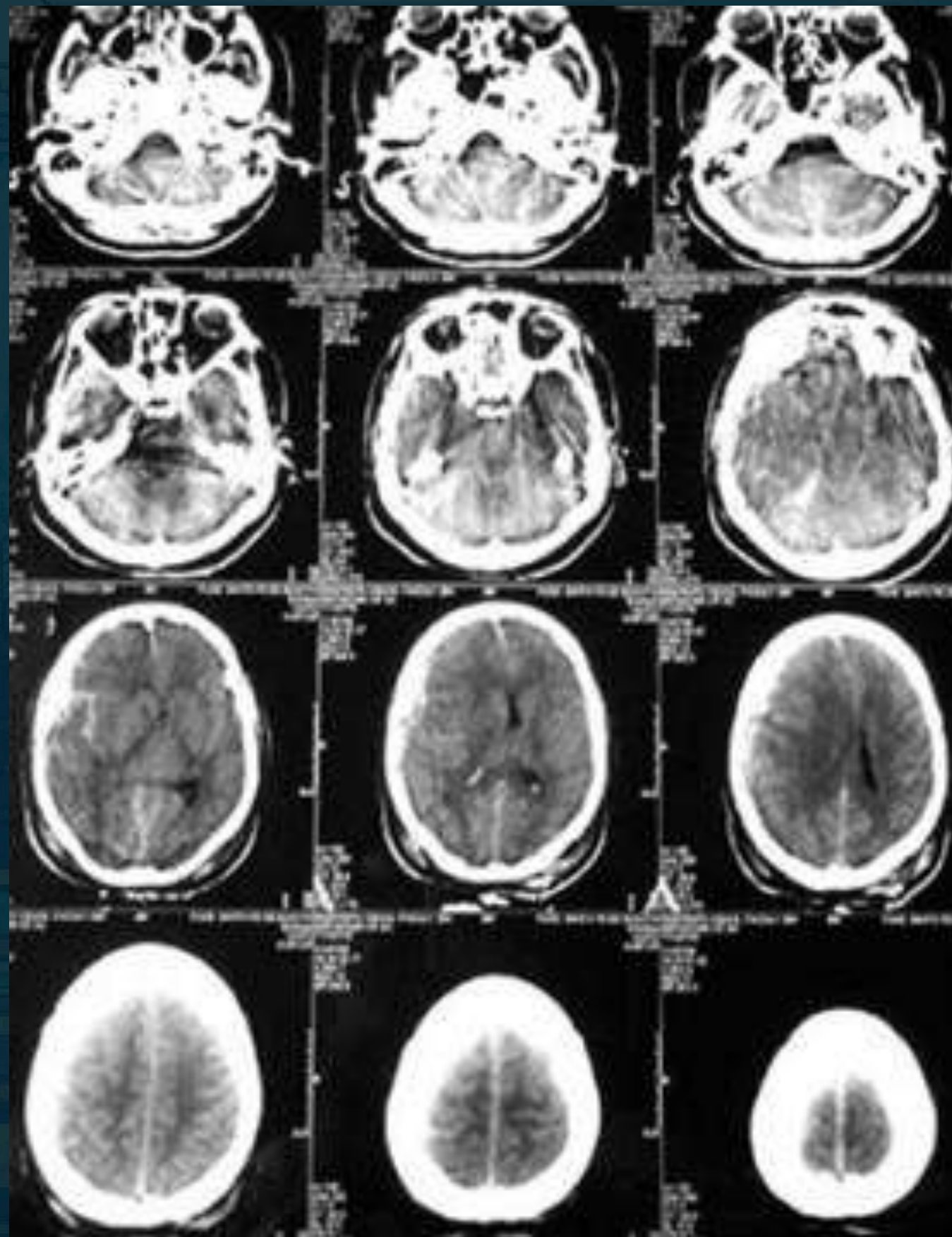
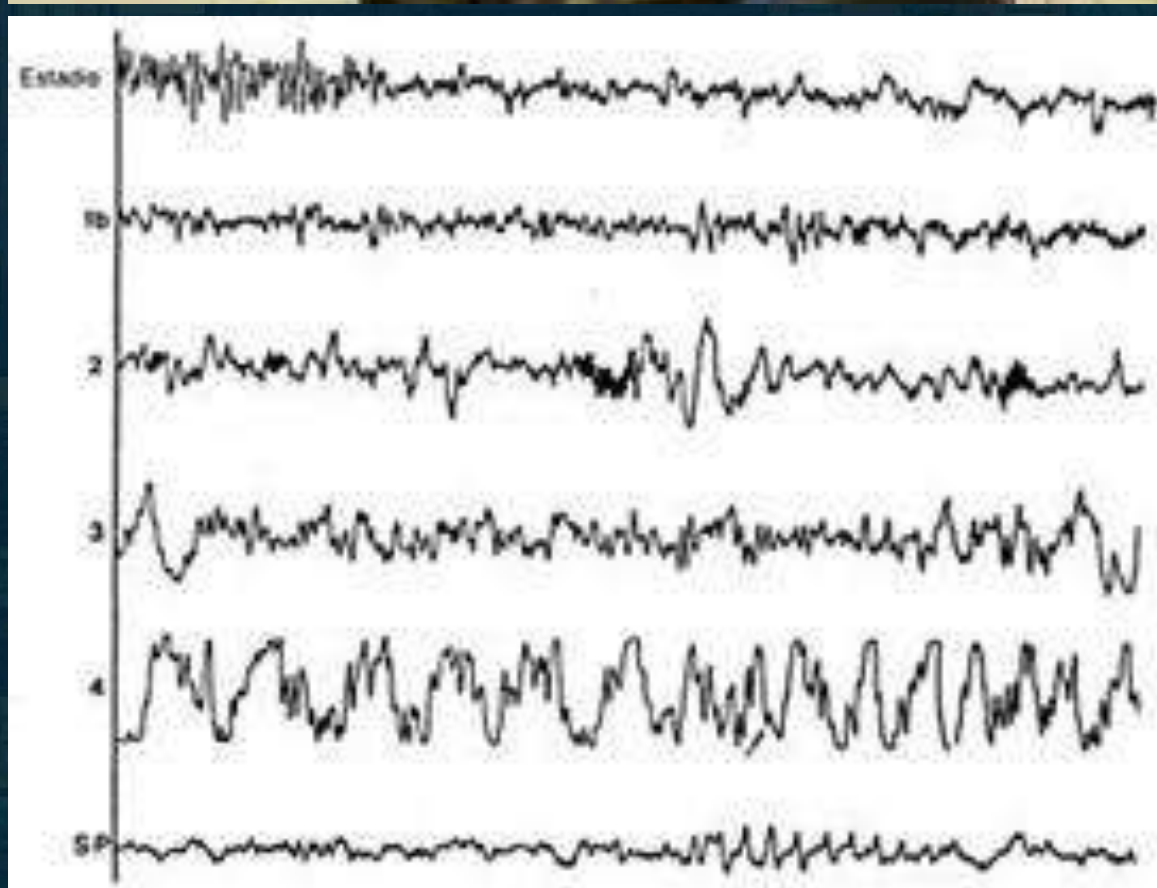
Filtrar, seleccionar



- ¿Qué es el Ruido?
- Diferencia entre el Ruido y Sonido
 - ¿Cómo escuchamos?
 - Consecuencias del ruido
 - ¿Cómo se mide el ruido?
 - ¿Cómo se calcula el NRR?
- Jerarquía de controles de riesgos en el ruido
 - Tipos de EPP contra el ruido
 - Uso correcto del EPP
 - Cómo almacenar y limpiar el EPP

- ¿Qué es el Ruido?
- ~~Diferencia entre el Ruido y Sonido~~
- ~~¿Cómo escuchamos?~~
- Consecuencias del ruido
- ~~¿Cómo se mide el ruido?~~
- ~~¿Cómo se calcula el NRR?~~
- ~~Jerarquía de controles de riesgos en el ruido~~
- Tipos de EPP contra el ruido
 - Uso correcto del EPP
- Cómo almacenar y limpiar el EPP

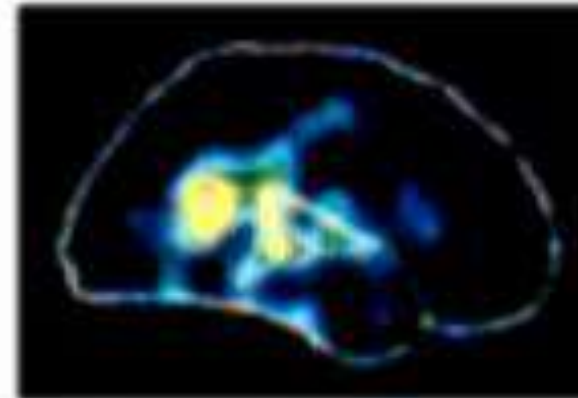




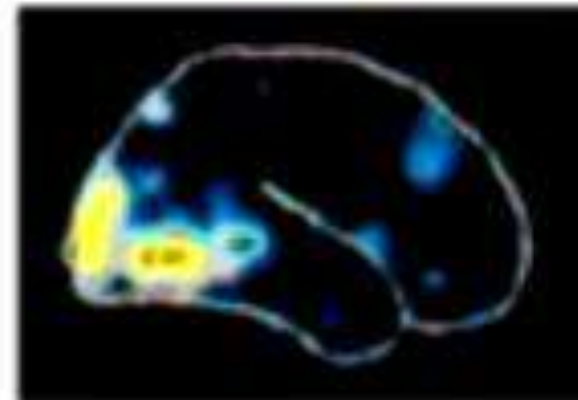
CANALES DE APRENDIZAJE Y RENDIMIENTO

(Roeders, P., 2005 – Raichle, M., 1994)

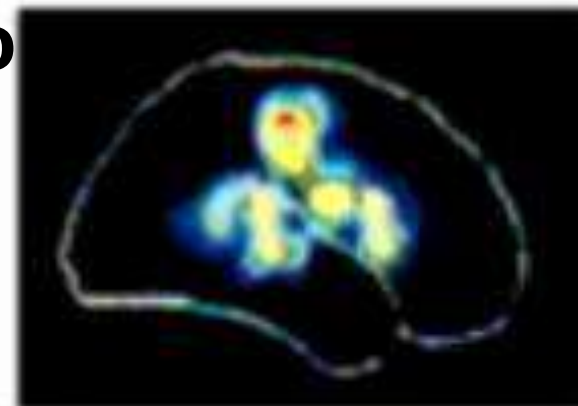
Leyendo
10%



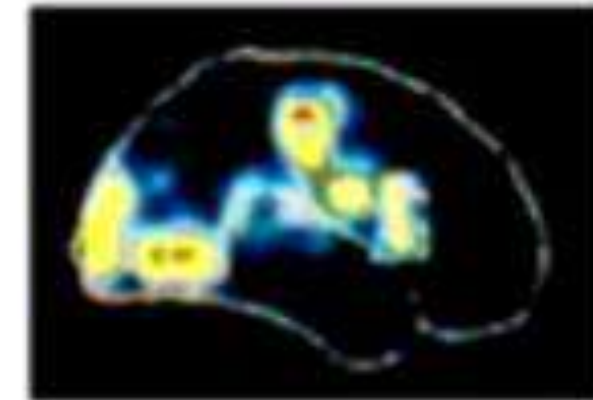
Escuchando
20%



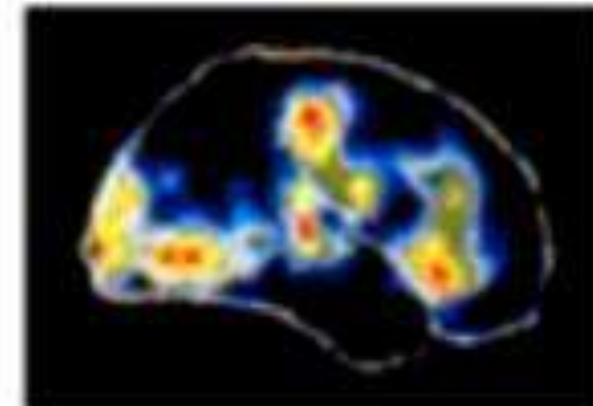
Observando
30%



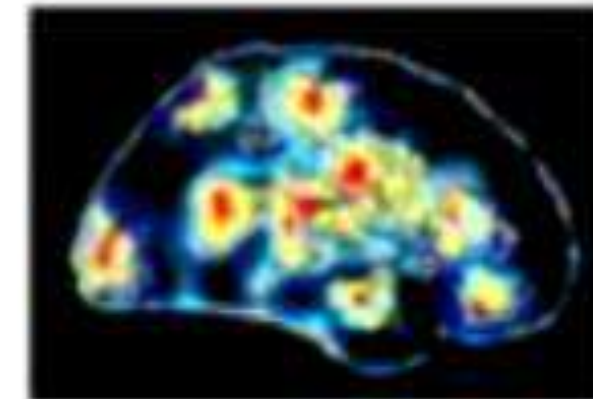
**Observando y
Escuchando**
50%



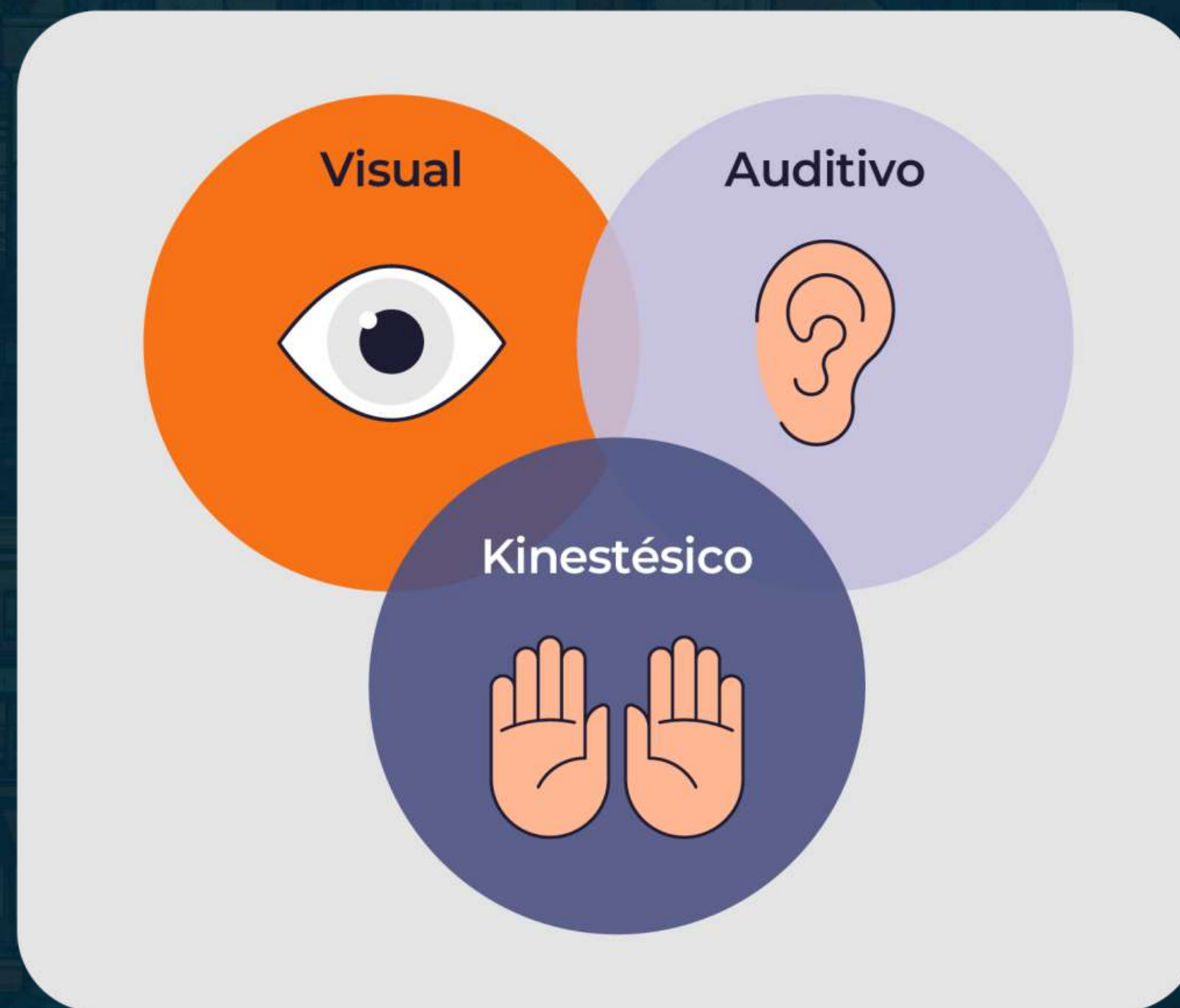
Exponiendo
70%

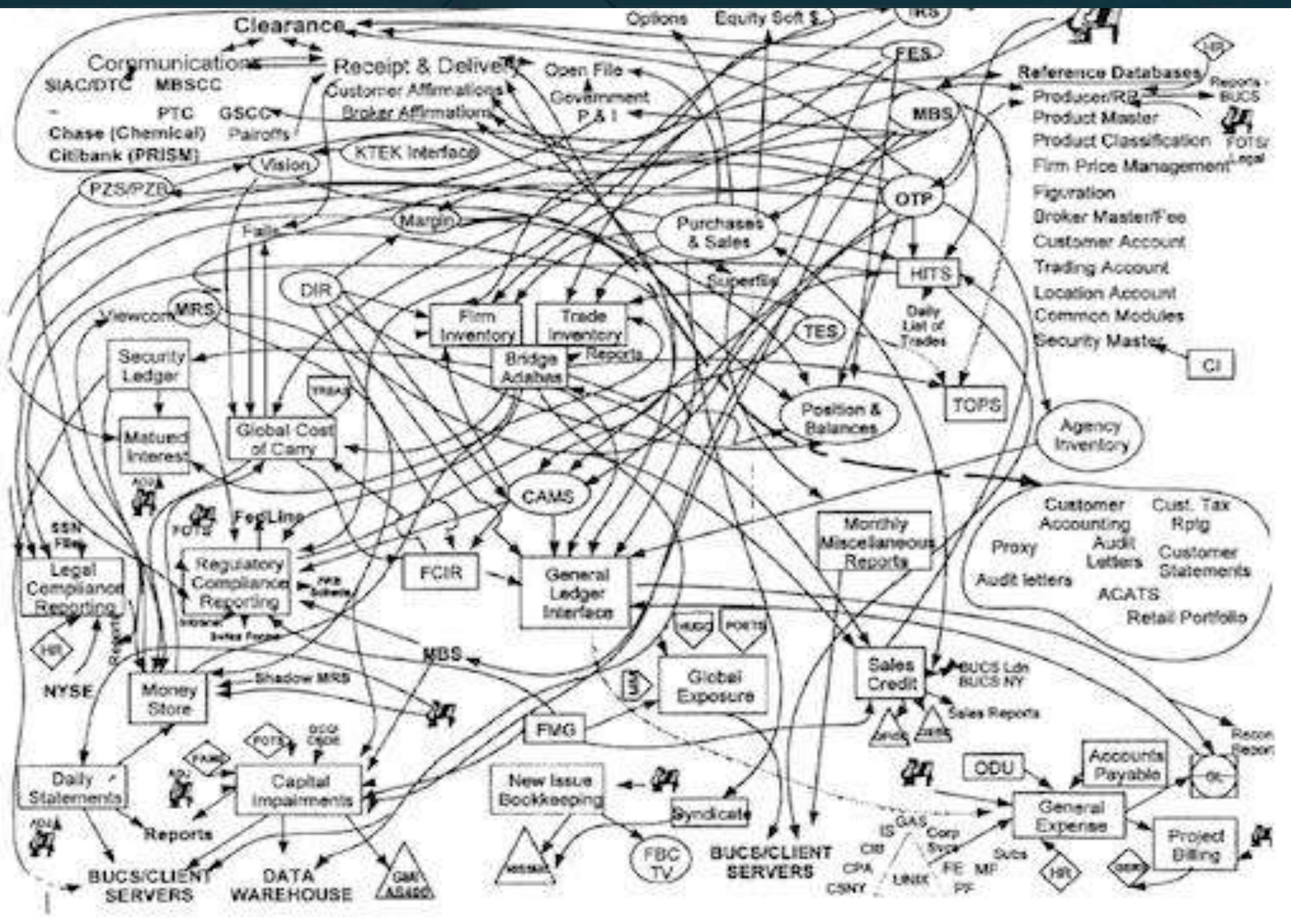


**Descubriendo,
procesando y
exponiendo**
90%



Ley de la Actividad





Me avergüenza un poco contar mis curiosidades personales, pero les voy a confesar esta: 😊

En mi cocina hay muchísimas cucharas, se ven por doquier, lo cual me fascina. Incluso, cuando tengo días sin verlas, las busco por todos los estantes, en las gavetas y debajo del fregadero. El vecindario entero conoce esa debilidad mía, pero ya a nadie le importa.

Sorprendente, ¿no? 😊

Vuelve a leer. Nuestra mente nos hace malas jugadas en ocasiones.





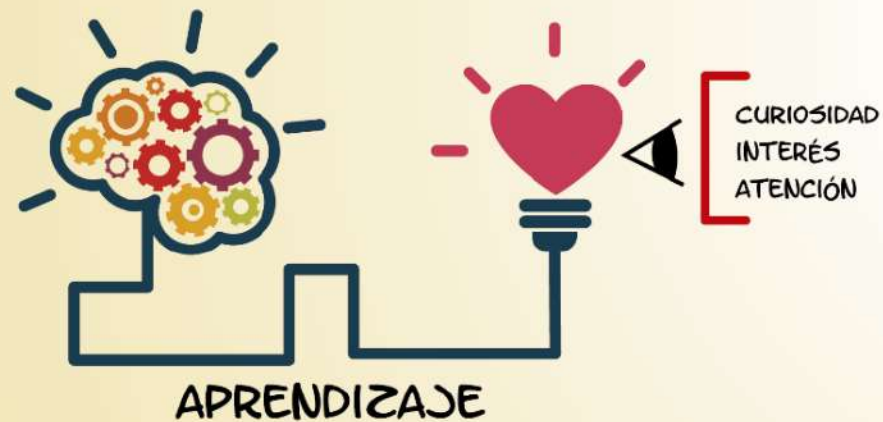
LEY DEL AFECTO

LUJO prevención

MAYA
ANGELOU

"LA GENTE OLVIDARÁ
LO QUE DIJISTE, LO QUE
HICISTE PERO NUNCA
OLVIDARÁ COMO LA
HICISTE SENTIR"

LO QUE ABRE LA PUERTA
A APRENDER ES LA EMOCIÓN

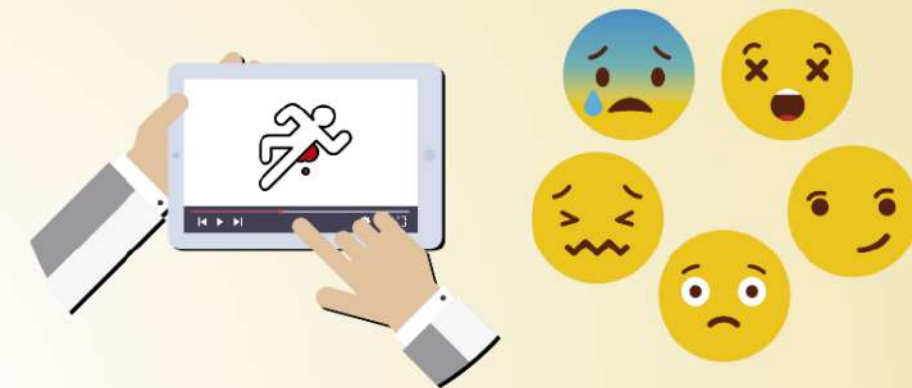


EL APRENDIZAJE CON **EMOCIÓN**
TIENE MAYOR **DURACIÓN**

NO PIDAS PRESTADA
LA ATENCIÓN CAPTALA CON
EMOCIÓN

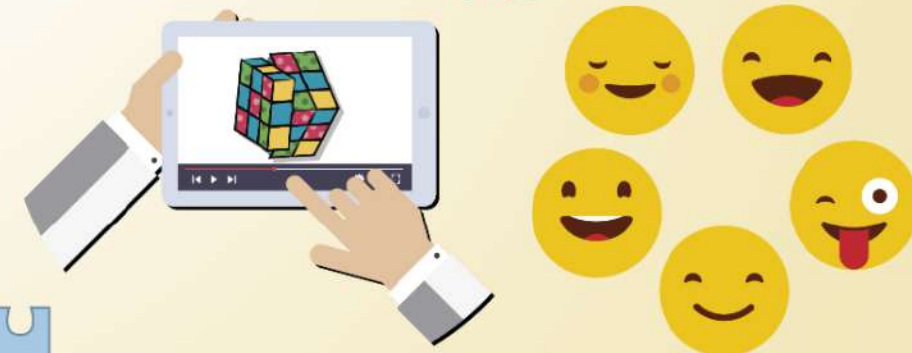
"AQUELLO QUE NO
RESULTA SIGNIFICATIVO
PARA NOSOTROS, NO
SUSCITA NUESTRA
ATENCIÓN"

FUNDACIÓN
CADAH



EN UNA CAPACITACIÓN DE SST LOS TRABAJADORES
PODRÍAN EXPERIMENTAR DISTINTAS EMOCIONES:
MIEDO, TRISTEZA, REPULSIÓN.

EMOCIONES NEGATIVAS
REPRIMIDAS POR EL CEREBRO
VS

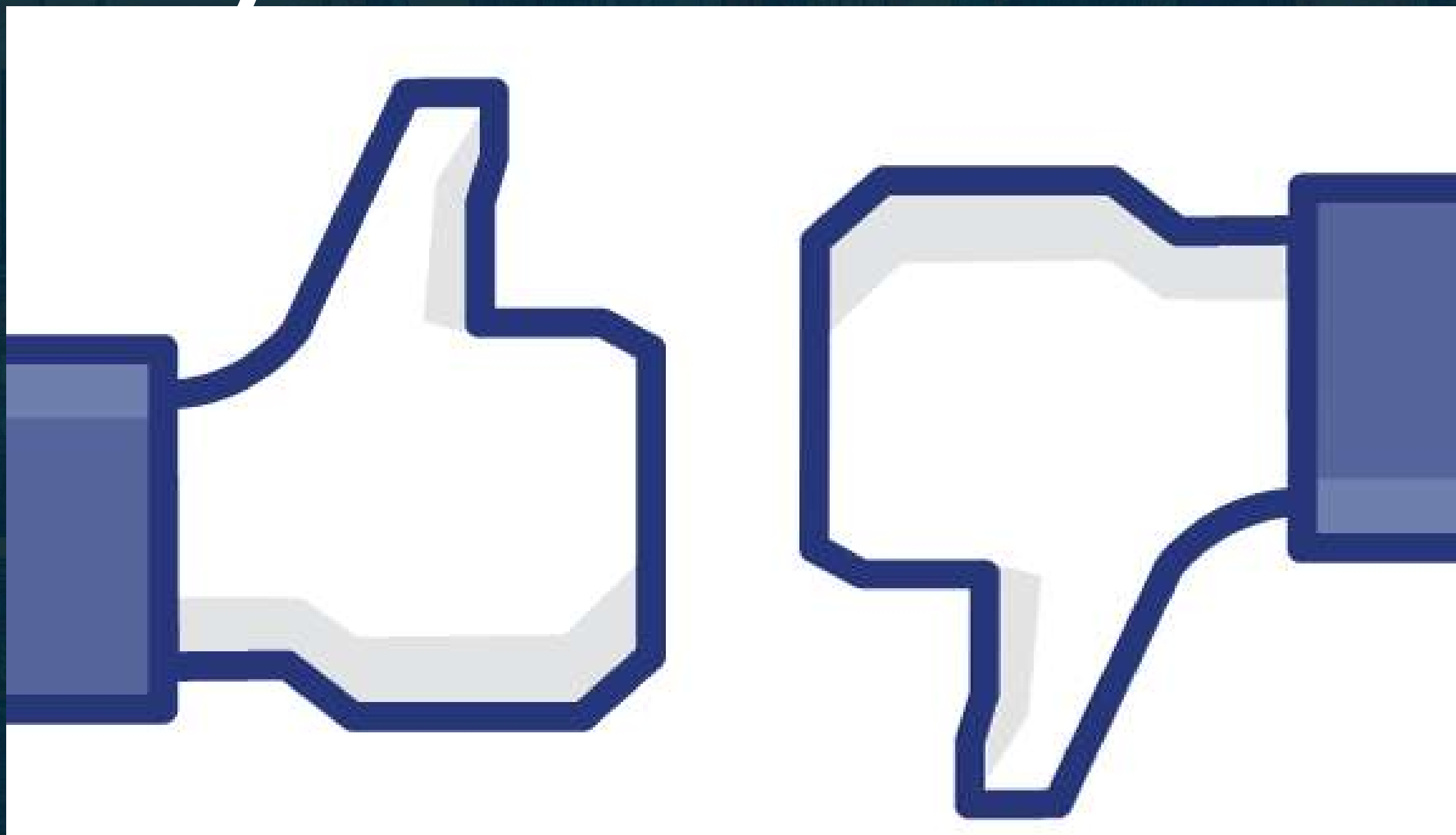


EMOCIONES POSITIVAS
AFIANZAN EL APRENDIZAJE





Ley del **Afecto**





CSI de la Prevencion en la escena del accidente

CSI:



SPECIAL AGENT

CSI:



SPECIAL AGENT



LEY DE LA

PERIODICIDAD

CICLO 1

EL APRENDIZAJE EXIGE ATENCIÓN



15

ATENCIÓN PROMEDIO

MINUTOS

CAPACITACIONES ACTIVAS
 CAMBIOS DE ACTIVIDAD
 CADA 15 MINUTOS

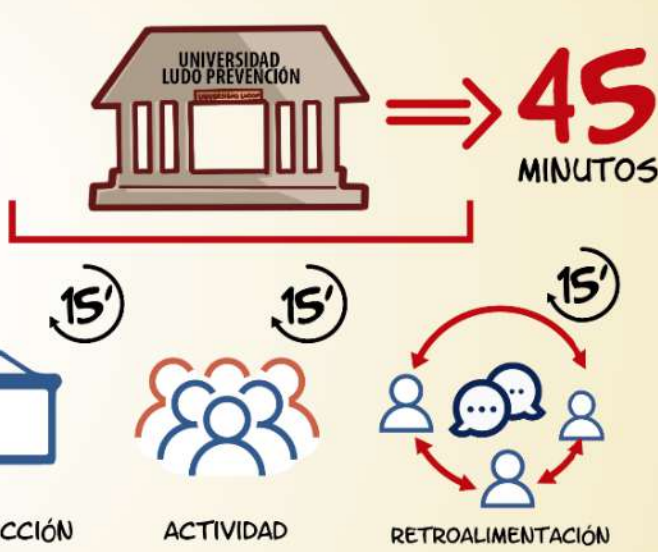
ATENCIÓN	NIVEL
5 - 8 MIN	INICIAL
8 - 12 MIN	JUNIOR
12 - 15 MIN	MIDLE
12 - 15 MIN	SENIOR
15 - 18 MIN	GRADO

HERNAN ALDANA
 (UNIV. DE BELGRANO)



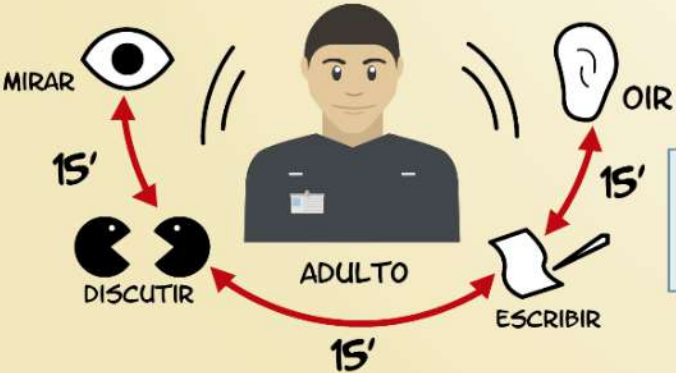
CICLO 2

EL APRENDIZAJE EXIGE PAUSAS



- PAUSAS ACTIVAS PEDAGÓGICAS
1. RESPIRACIÓN DIAFRAGMÁTICA
 2. AUTOMASAJE
 3. ESTIRAMIENTO DENTRO DEL AULA
 4. MANEJO DE VOZ - EXPRESIÓN CORPORAL
 5. DINÁMICA DE CONCENTRACIÓN - ATENCIÓN
 6. AROMATERAPIA - MUSICOTERAPIA
 7. RELAJACIÓN - MEDITACIÓN

LIGIA SALAZAR CHEVARRIA



JOHNSTONE Y PERCIVAL
 (1976)



CICLO 3

EL APRENDIZAJE TOMA EN CUENTA LA ACTIVACIÓN DE NECESIDADES FISIOLÓGICAS



Tiempo de atención durante la instrucción continua de nuevos contenidos

Nivel	Atención sostenida
Jardín	5 - 8 minutos
Junior	8 - 12 minutos
Middle	12 - 15 minutos
Senior	12 - 15 minutos
Grado (Universidad)	15 - 18 minutos

LEY DE LA

PERIODICIDAD

CICLO 1

EL APRENDIZAJE EXIGE ATENCIÓN



15

ATENCIÓN PROMEDIO

MINUTOS

CAPACITACIONES ACTIVAS
CAMBIOS DE ACTIVIDAD
CADA 15 MINUTOS

ATENCIÓN	NIVEL
5 - 8 MIN	INICIAL
8 - 12 MIN	JUNIOR
12 - 15 MIN	MIDLE
12 - 15 MIN	SENIOR
15 - 18 MIN	GRADO

HERNAN ALDANA

(UNIV. DE BELGRANO)



CICLO 2

EL APRENDIZAJE EXIGE PAUSAS



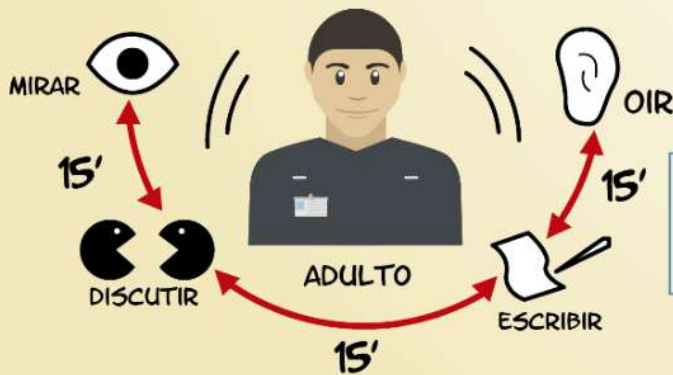
PAUSAS ACTIVAS PEDAGÓGICAS

1. RESPIRACIÓN DIAFRAGMÁTICA
2. AUTOMASAJE
3. ESTIRAMIENTO DENTRO DEL AULA
4. MANEJO DE VOZ - EXPRESIÓN CORPORAL
5. DINÁMICA DE CONCENTRACIÓN - ATENCIÓN
6. AROMATERAPIA - MUSICOTERAPIA
7. RELAJACIÓN - MEDITACIÓN

LIGIA SALAZAR CHEVARRIA

Atención

10 - 18 MINUTOS ININTERRUMPIDOS



JOHNSTONE Y PERCIVAL (1976)



CICLO 3

EL APRENDIZAJE TOMA EN CUENTA LA ACTIVACIÓN DE NECESIDADES FISIOLÓGICAS



LOS LUDO PREVENCIÓNISTAS

PELÍCULAS



¿Cuánto
tiempo dura 1
hora
académica?

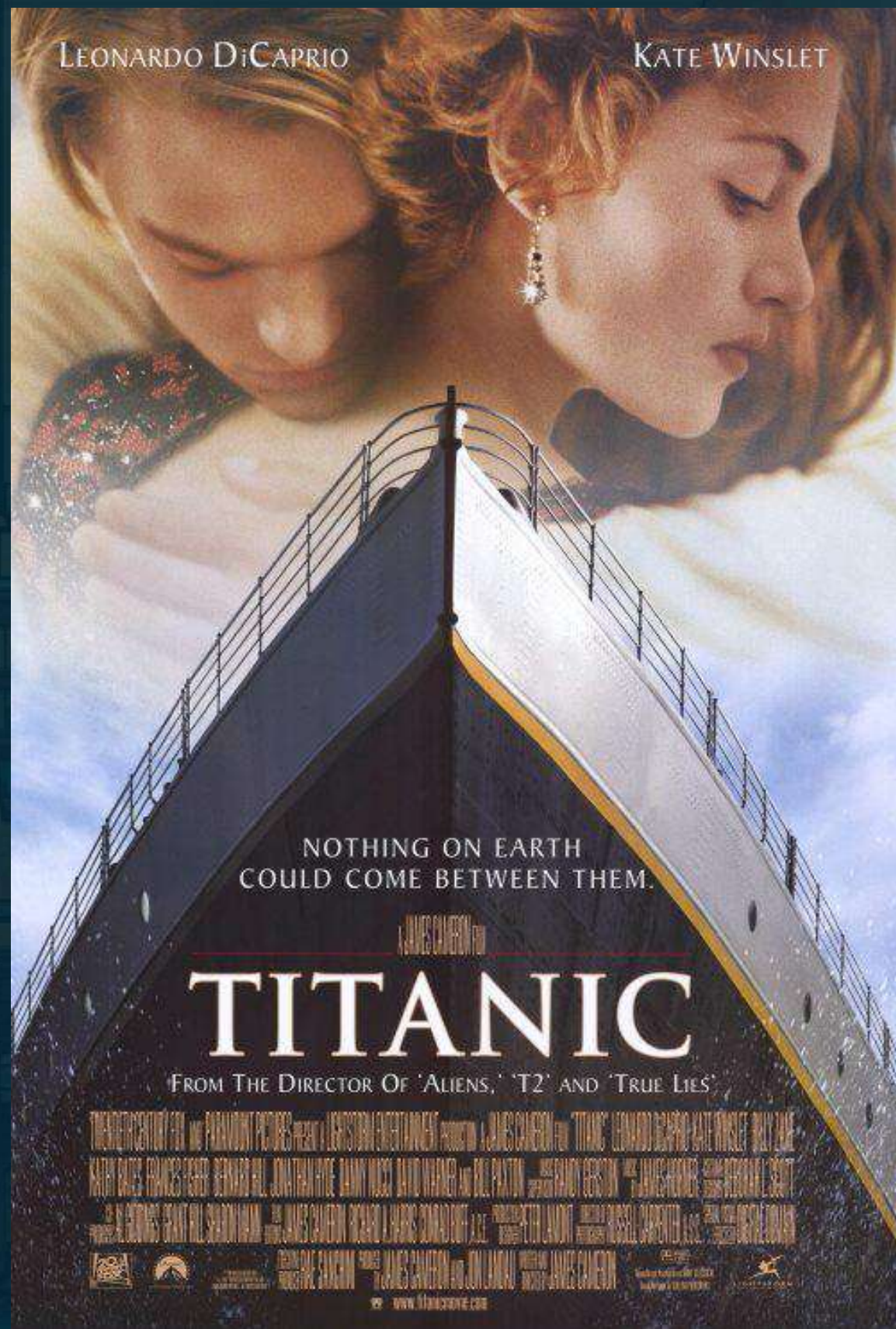


45 min





En Promedio
¿Cuánto dura
una película?



2 HRS

Ley de la Periodicidad



LEY DE LA

PERIODICIDAD

CICLO 1

EL APRENDIZAJE
EXIGE ATENCIÓN



15

ATENCIÓN
PROMEDIO
MINUTOS

CAPACITACIONES ACTIVAS
CAMBIOS DE ACTIVIDAD
CADA 15 MINUTOS

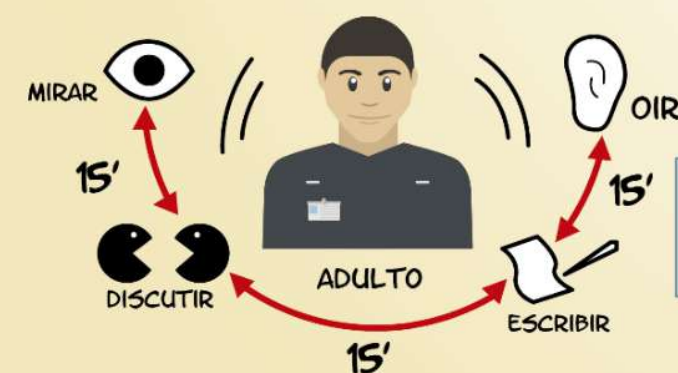
ATENCIÓN	NIVEL
5 - 8 MIN	INICIAL
8 - 12 MIN	JUNIOR
12 - 15 MIN	MIDLE
12 - 15 MIN	SENIOR
15 - 18 MIN	GRADO

HERNAN
ALDANA
(UNIV. DE BELGRANO)



Atención

10 - 18 MINUTOS ININTERRUMPIDOS

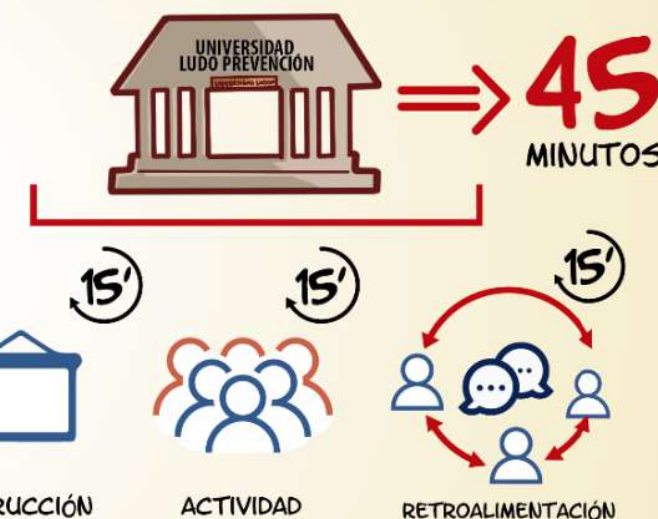


JOHNSTONE Y
PERCIVAL
(1976)



CICLO 2

EL APRENDIZAJE
EXIGE PAUSAS



PAUSAS ACTIVAS
PEDAGÓGICAS

1. RESPIRACIÓN DIAFRAGMÁTICA
2. AUTOMASAJE
3. ESTIRAMIENTO DENTRO DEL AULA
4. MANEJO DE VOZ - EXPRESIÓN CORPORAL
5. DINÁMICA DE CONCENTRACIÓN - ATENCIÓN
6. AROMATERAPIA - MUSICOTERAPIA
7. RELAJACIÓN - MEDITACIÓN

LIGIA SALAZAR
CHEVARRIA

CICLO 3

EL APRENDIZAJE TOMA EN CUENTA LA ACTIVACIÓN DE
NECESIDADES FISIOLÓGICAS



Película
LOS LUDO
PREVENCIÓNISTAS
PELÍCULAS

Ley de la Repetición

Cuando repito 7 veces algo lo fijo en el subconciente
Cuando repito 7 veces algo lo fijo en el subconciente
Cuando repito 7 veces algo lo fijo en el subconciente
Cuando repito 7 veces algo lo fijo en el subconciente
Cuando repito 7 veces algo lo fijo en el subconciente
Cuando repito 7 veces algo lo fijo en el subconciente
Cuando repito 7 veces algo lo fijo en el subconciente

LISTO
Trabajo
Terminado





Azul: Caballeros

Magenta: Damas



Actividad



Finalidad



Asociación



Afecto



Repetición



Periodicidad



 <i>Asociación</i> 	 <i>Finalidad</i> 	 <i>Actividad</i> 	 <i>Afecto</i> 	 <i>Periodicidad</i> 	 <i>Repetición</i> 
---	--	---	--	--	--





Ley

Imagen

Esta Ley dice...

Aplicando esta Ley

“Frase”

Según Investigaciones

Esta ley dice que:

Debemos averiguar los conocimientos previos de nuestros alumnos a fin de que la nueva información que le enseñemos se ancle o conecte con lo que el alumno conoce, dándole así mayor sentido y por lo tanto lo asimile y recuerde más fácilmente.

Esta ley dice que:

Para captar la atención de los trabajadores, hacer que se sientan cómodos y recuerden lo que le enseñamos en las capacitaciones, la forma en que se presenta la información debe parecerles agradable, amena, y generarles emociones positivas.

Esta ley dice que:

Los adultos filtran la información que desean recordar. Si la información nueva le parece útil, relevante, aplicable a su vida laboral o personal, la van a almacenar y recordar, en caso contrario la ignoran desde un principio o la olvidan al poco tiempo.

Esta ley dice que:

Las personas tenemos ciclos de atención. La atención varía con el tiempo. A veces la atención es alta, a veces disminuye y si no se recupera puede ser nula. Por lo tanto, el docente periódicamente debe realizar actividades para recuperar la atención del público.

Esta ley dice que:

Las personas tenemos diferentes estilos de aprendizaje: Visual, auditivo o Kinestésico. Sin embargo todos aprendemos mejor haciendo, experimentando puesto que el aprendizaje activo es más profundo que el pasivo (solo ver y/o escuchar).

Esta ley dice que:

Para que la información se consolide, se haga más sólida y las personas la recuerden, es necesario repetir. Sin embargo, a los adultos no les gusta repetir. De allí que el docente debe ingeniar formas dinámicas para que la repetición sea imperceptible o agradable para el alumno.

Aplicando esta ley, podemos incorporar:

- El Humor
- Competencias entre equipos
- Juego de roles
- Dinámicas que hagan participar al trabajador
- Cosas que motiven al trabajador
- Actividades que fomenten la curiosidad del trabajador

Aplicando esta ley, al final de una capacitación podríamos entregarle a cada participante un papel y pedirle que escriba los usos que el podría darle a la información que aprendió ese día.

Aplicando esta ley, Podemos usar las siguientes estrategias:

- Expresar lo mismo pero con un ejemplo
- Enunciar su opuesto o inverso
- Mencionar sinónimos
- Hacer resúmenes
- Hacer preguntas
- Pedir que un trabajador se lo repita a su compañero de al lado
- Pedirles que lo digan con sus propias palabras

Aplicando esta ley, debemos:

- Cambiar actividades (leer, debatir, escribir, observar, individuales, en pareja, grupales, etc) cada 18 minutos.
- Hacer pausas activas cada 45 minutos
- Breaks cada 2 horas.

Aplicando esta ley, debemos tener en cuenta usar información:

- *Visual:* imágenes, gráficos, fotos, diagramas, mapas conceptuales, esquemas, líneas de tiempo, etc
- *Auditiva:* del mismo profesor, de un video, de los mismos alumnos.
- *Kinestésica:* los alumnos deben escribir, explicar, debatir, resolver un caso, exponer, armar, dibujar, moldear, etc.

Aplicando esta ley, por ejemplo en una capacitación de prevención de accidentes con Montacargas (o grúa horquillas), en lugar de advertir a los trabajadores que ese vehículo aunque parece pequeño puede pesar hasta 5 toneladas, por lo tanto si una llanta de esas te pasara por el pie, podría generarte un gran daño; usando esta ley deberíamos más bien mencionar que ese Montacargas pesa lo mismo que 3 automóviles.

"3 claves para una capacitación efectiva:

1. Que sea breve
2. Que no sea larga
3. Que no demore mucho"

Roberto Rosler

"No podemos ser efectivos en el aprendizaje sino somos afectivos"

Anna Forés Miravalles

"El aprendizaje es hijo de la repetición. Significa que la repetición es una poderosa herramienta para la enseñanza, mediante la repetición, una idea nueva se convierte rápidamente en una convicción."

Robin Sharma

"El aprendizaje significativo es aquel que proviene del interés del individuo, no todo lo que aprende es significativo, se dice así cuando lo que aprende le sirve y utiliza por que es valorado para el como primordial y útil". (Alnelly)

"El factor más importante que influye en el aprendizaje es lo que el alumno ya sabe. Averíguese esto y enséñele en consecuencia"
(Ausubel, Novak y Hanesian, 1983).

"El aprendizaje no es un deporte de espectadores".
D. Blocher.

En un estudio realizado por Erk et al. en el 2002, utilizando la técnica de la resonancia magnética funcional, se investigó cómo afecta el contexto emocional al proceso de memorización. Se presentó a los participantes una fotografía que generaba emociones positivas, negativas o neutras y, a continuación, palabras que debían memorizar. El resultado fue que las palabras mejor recordadas eran las asociadas al contexto emocional positivo.

Según las características de la Andragogía establecidas por Knowles (2001), el primer principio en el aprendizaje de los adultos es: La necesidad de saber. Los adultos tienen necesidad y quieren saber por qué han de aprender una cosa antes de emprender un proceso de formación. Un primer paso por lo tanto es la necesaria toma de conciencia que un adulto exige sobre la utilidad, pragmática, de lo que va a aprender.

Existen estudios científicos que demuestran que la capacidad de atención de una persona es limitada. En el año 1976, Johnstone & Percival establecieron que el tiempo máximo que una persona podía estar atenta de forma ininterrumpida era de entre 10 y 18 minutos.

Según los estudios de Roders, P., 2005 – Raichle, M., 1994, quienes analizaron la actividad cerebral de los diferentes canales de aprendizaje y obtuvieron los siguientes resultados:

- Leyendo: 10%
- Escuchando: 20%
- Observando: 30%
- Observando y Escuchando: 50%
- Exponiendo: 70%
- Descubriendo y Procesando: 90%

Según las investigaciones consultadas por Cecilia Ortega-Díaz y Antonio Hernández-Pérez, Investigadores Educativos de la Escuela Normal de Amecameca, el aprendizaje profundo, tiene que ver con el significado, la reinterpretación, comprensión, conexión y aplicación de conocimientos; vinculándose con la teoría constructivista; mientras tanto el aprendizaje superficial no busca entendimiento y tiende a emplear estrategias de estudio superficial, como la memorización y la reproducción, el conocimiento queda en estado inerte.

Según la investigación de la Universidad de Sevilla, publicada en la prestigiosa revista de neurociencias "Behavioral Brain Research" en el 2010, pone de manifiesto que la repetición como método de aprendizaje es un mecanismo natural y eficaz, probablemente el mejor, para consolidar lo que se ha estudiado. El cerebro requiere que se repitan varias veces lo que se quiera estudiar o aprender para que se quede grabado permanentemente. La investigación se centra en los efectos fisiológicos y cerebrales que produce la repetición de la información que se quiere aprender en el aprendizaje y en la memoria de trabajo.

PARAME
QUIERA

Fechas

14 de marzo

25 de abril

23 de mayo

13 de junio

Recuerda que POSITIVA tiene para ti:



<https://posipedia.com.co/>



Cursos virtuales



Artículos



Audios



Juegos digitales



OVAS



Guías



Mailings



Videos



POR MUCHAS CONEXIONES MÁS

Andrés

Despierta todos los días seguro y feliz, porque permanece informado de las noticias y actividades nuevas en SST con su comunidad educativa Positiva Educa en WhatsApp.



1

Escanea el Código QR con tu celular.



2

Síguenos y entérate de todas las actualizaciones de nuestro Plan Nacional de Educación.



3

¡Recuerda!

El canal lo encuentras en la pestaña de Novedades de tu Whatsapp



¡SÍGUENOS EN NUESTRA COMUNIDAD EDUCATIVA!



**Escanea el código
QR con tu celular**