

APORTES DE LA NEUROCIENCIA AL APRENDIZAJE



MEMORIA

La memoria es el **mecanismo** por el cual **el cerebro logra un determinado aprendizaje**. Existen diversos tipos de memoria: procedimental (destrezas), semántica (hechos), episódica (hechos personales), entre muchas otras.



PERCEPCIÓN

La percepción es una **construcción mental** que realiza el cerebro de cada individuo tras su interacción con el mundo físico. Como cada persona interactúa de modo diferente, la percepción de los alumnos en una sala de clases es distinta, y es un reflejo de la diversidad en el aula.



SUEÑO

Cuando dormimos, el cerebro recrea el tipo de actividad que tuvimos durante el día y refuerza los circuitos neuronales que creamos cuando aprendimos algo nuevo. **¡Dormir bien ayuda a afianzar los aprendizajes!**

NEUROMITO

Es falso que usemos el 10% del cerebro. Incluso cuando se supone que no estamos haciendo nada, el cerebro está trabajando al 100%, controlando funciones como respirar, recordar, entre otras.