

ANEXO V

CONVOCATORIA DE PROYECTOS DE INNOVACIÓN Y BUENAS PRÁCTICAS DOCENTES

Modelo de memoria final de proyectos de innovación y buenas prácticas docentes

1. Datos generales de la actividad formativa

Título	(1) BieNEAEstar: coaching docente y emocional basado en neurociencia y hábitos de vida para la mejora del proceso enseñanza-aprendizaje en estudiantes con NEAE.	
Coordinador	(2): Apellidos, Nombre	Díaz Castro, Javier
	(3): Departamento	Fisiología
	(4): Email	javierdc@ugr.es
	(5): Teléfonos	

2. Responda a las siguientes cuestiones, indicando los puntos fuertes, las dificultades y posibles opciones de mejora

1. Especifique los resultados obtenidos, indicando donde se han difundido y en qué canales se han puesto en disposición para la comunidad universitaria.

Se establecieron dos periodos temporales: antes y después de impartir los talleres y tutorías. Tanto estudiantes como docentes evaluamos la intervención, con el objetivo de recoger la opinión sobre el desarrollo de la dinámica y el grado de adquisición de los contenidos trabajados en cada taller, a través de un cuestionario anónimo en el que figuraban varios ítems y además al final del último taller se realizaron varios tests para comprobar la influencia de las intervenciones en el ámbito físico y emocional relacionado con el proceso de aprendizaje y la salud integral.

Las puntuaciones obtenidas tras el estudio se tradujeron en mejores niveles en todas las variables estudiadas. Los estudiantes manejaron más adecuadamente sus procesos adaptativos y regularon mejor sus emociones, ya que sintieron menos desgaste académico y estaban más comprometidos con sus actividades académicas al finalizar el estudio de la inteligencia emocional a través de la fisiología.

Difundimos los resultados en revistas, foros y congresos especializados en innovación docente.. Los materiales docentes, tutorías y talleres fomentaron el interés, motivación y orientación, estuvieron disponibles en uno de los motores del aprendizaje ya que incita a la actividad y a la transferencia de conocimiento. La calidad del material didáctico, de las consignas de las actividades y, sobre todo, la orientación, guía y retroalimentación adecuadas por parte de los que realizamos el proyecto, fueron claves para garantizar la motivación de los estudiantes con NEAE. Los materiales y recursos para los estudiantes fueron accesibles a través de PRADO.

CONTRIBUCIONES A CONGRESOS DOCENTES:

M. Puche-Juarez, J.M. Toledano-Dueñas, J.M. Galvez-Navas, J. Moreno-Fernandez, J.J. Ochoa-Herrera, M.C. Ramírez-Tortosa, S. López-Ortega, M. Fernández-Cabezas, J. Díaz-Castro. Teaching and emotional coaching based on neuroscience and life habits to improve the teaching-learning process in students with specific needs for educational support. INTED2025, 19th International Technology, Education and Development Conference, Valencia, Spain. 3-5 March, 2025.

PUBLICACIÓN DOCENTE:

TEACHING AND EMOTIONAL COACHING BASED ON NEUROSCIENCE AND LIFE HABITS TO IMPROVE THE TEACHING-LEARNING PROCESS IN STUDENTS WITH SPECIFIC NEEDS FOR EDUCATIONAL SUPPORT

M. Puche-Juarez orcid, J.M. Toledano-Dueñas, J.M. Galvez-Navas, J. Moreno-Fernandez, J.J. Ochoa-Herrera, M.C. Ramírez-Tortosa, S. López-Ortega, M. Fernández-Cabezas, J. Díaz-Castro - INTED2025 Proceedings - pages 4185-4191.

2. Valore el grado de consecución de los objetivos. Especifique los mismos.

El objetivo general del proyecto consistió en desarrollar una metodología pedagógica, para que los estudiantes con NEAE para que desarrollen su rendimiento académico a través del conocimiento de la neurociencia, inteligencia emocional y hábitos de vida saludables, para que manejen las emociones a su vida cotidiana y factores que perjudican el proceso de enseñanza-aprendizaje, aprendiendo a reconocer y comprender los sentimientos de los otros estudiantes, regulando su estrés y potenciando hábitos de vida saludables, lo cual incidirá de manera positiva en su rendimiento académico y relaciones personales. Tras la intervención, el 85% de los estudiantes manifestaron que las tutorías y los talleres habían sido útiles en su vida académica para afrontar los desafíos académicos y personales a los que se enfrentan. Junto a este objetivo principal, pretendíamos conseguir los siguientes objetivos secundarios:

- Mejorar la atención de los estudiantes con NEAE, facilitándoles las adaptaciones que necesiten: se consiguió en el total de los casos mediante asesoramiento personalizado al estudiante y reuniones con el resto de profesorado.
- Facilitar a los docentes información general y específica sobre las dificultades y necesidades que tienen los estudiantes, con NEAE, tanto personales como académicas: se consiguió en el total de los casos mediante asesoramiento personalizado al estudiante y reuniones con el resto de profesorado.
- Proporcionar al profesorado las herramientas y habilidades para que el proceso de enseñanza-aprendizaje. Se informó a todos los profesores implicados de las necesidades y adaptaciones específicas de cada estudiante con NEAE implicado.

- Fomentar el trabajo colaborativo y la participación activa de los estudiantes con NEAE: se consiguió mediante las tutorías grupales entre estudiantes con NEAE similares.
- Adquirir un mejor conocimiento de las emociones propias, identificar las emociones de los demás, controlar las propias emociones y revertir los efectos perjudiciales de las emociones negativas, lo cual lleva al desarrollo de una mayor competencia emocional. Se consiguió en la mayoría de casos mediante intervenciones basadas en inteligencia emocional y asesoramiento psicológico del Gabinete psicopedagógico.
- Ayudar a conocer la importancia y potenciar en los estudiantes con NEAE de hábitos de vida positivos que mejoren su desempeño académico, como la actividad física, el sueño, una buena alimentación, realizar procesos de lectura, tener una actitud emocional frente a los nuevos conceptos a adquirir y tener hábitos de estudio. Se consiguió en una inmensa proporción de casos (mejora de los hábitos dietéticos, actividad física e higiene del sueño).

3. Especifique el impacto de los resultados obtenidos, Valore los mismos utilizando indicadores que permitan una evaluación cuantitativa o cualitativa.

En total, el 81% de los estudiantes NEAE presentó desgaste académico antes de la intervención, mientras que después de los talleres, tutorías y seminarios, solo el 35% presentó desgaste académico. Antes de la intervención, el 50 % experimentaba agotamiento, el 45 % cinismo y el 70 % sentía que era ineficaz en su rendimiento académico. Después de la intervención el 30% experimentó agotamiento, el 29% cinismo y sólo el 30% sintió que era ineficaz. Antes de la intervención el 45% tenía problemas relacionados con el sueño y el 75% tenía baja actividad física, mientras que tras la intervención, el 20% seguía manifestando problemas relacionados con el sueño y sólo el 15% manifestó que tenía bajo grado de actividad física.

La calidad del material didáctico, de las consignas de las actividades y, sobre todo, la orientación, guía y retroalimentación adecuadas por parte de los que realizamos el proyecto, fueron claves para garantizar la motivación de los estudiantes con NEAE.

4. Especifique la metodología empleada en el proceso de innovación y evalúe la misma

METODOLOGÍA:

Tutorías específicas:

Estas tutorías vendrán avaladas por el gabinete psicopedagógico y por los docentes implicados en el proyecto. En estas tutorías se realizará un asesoramiento integral y personalizado a los estudiantes con NEAE participantes que incluye:

- ☐ Asesoramiento académico: Ayuda a estudiantes con problemas para afrontar adecuadamente las exigencias de su carrera mediante técnicas de estudio y planificación del tiempo.
- ☐ Asesoramiento emocional: Atención a las distintas áreas de la vida de los estudiantes que puedan estar afectando su rendimiento académico y adaptación personal por problemas tales como depresión, ansiedad, estrés y relaciones personales, entre otros.
- ☐ Asesoramiento de hábitos de vida: Se identificarán los factores de riesgo relacionados con los hábitos de vida de los estudiantes (nutrición, actividad física, descanso) que puedan afectar el rendimiento académico y se darán pautas de mejora que iremos evaluando a lo largo del proyecto.

Talleres:

A lo largo del curso se impartirán una serie de talleres dedicados a fomentar aspectos de salud física o emocional mediante los cuales pretendemos que el estudiante desarrolle o mejore su proceso de aprendizaje:

- Taller 1. Bases fisiológicas de la neuroeducación: aproximación al papel del sistema límbico, la amígdala y sus conexiones e influencia en la función cognitiva y la memoria. Neurotransmisores y sistemas de recompensa. Importancia en el aprendizaje.
- Taller 2. Introducción a la neuroeducación: toma de contacto con el concepto de neuroeducación (qué es, cómo surge, en qué consiste, cómo influye en el proceso de aprendizaje...).
- Taller 3. Habilidades emocionales: Cuáles son las más importantes y cómo pueden adquirirse y desarrollarse: autoconocimiento, control emocional, motivación, pensamiento positivo, empatía, solución de conflictos, habilidades de comunicación. Estrategias para trabajar la competencia emocional en el aula, modelos de actividades, recursos y procedimiento para el diseño o selección de contenidos y materiales adecuados a las características del grupo-clase.
- Taller 4. Autoconcepto, autodiálogo y autoestima: Descubrir o reflexionar sobre las propias emociones, sentimientos y estados de ánimo, formas de identificación del nivel de autoestima en uno mismo y en los demás, cómo desarrollarla y evitar una autoestima negativa. Influencia de la autoestima en el autoconcepto. Manifestación e influencia de la autoestima y el autoconcepto en el clima del centro escolar y en la interacción con los alumnos y con los compañeros.
- Taller 5. Habilidades de comunicación: Importancia de establecer una concordancia entre el mensaje verbal y el no verbal, facilitándose de esta forma una adecuada interpretación del mensaje. Promover la escucha activa, la observación, y valoración positiva mediante el empleo de críticas constructivas y la aceptación positiva de las mismas.
- Taller 6. Nutrición y sistema nervioso: Diseño de estrategias saludables para diseñar dietas adaptadas a cada periodo del semestre que favorezca el desempeño cognitivo ya académico de los estudiantes.
- Taller 7. El descanso, el sistema nervioso y el aprendizaje: Descubrir o reflexionar sobre el papel que el sueño tiene en la consolidación de la memoria y el aprendizaje, así como en la reparación neuronal, dando pautas de higiene de sueño en periodos de estrés para evitar una influencia negativa de la ansiedad en este proceso indispensable para el sistema nervioso.
- Taller 8. Actividad física y proceso cognitivo: Importancia de la asociación entre una actividad física adecuada y el proceso de aprendizaje, revelando el papel de las mioquinas y los factores neurotróficos liberados durante la práctica del deporte en el proceso de aprendizaje y en la memoria.
- Taller 9. Mindfulness: Aproximación a este constructo psicológico para incrementar la conciencia y afrontar hábilmente los procesos mentales que contribuyen al desequilibrio emocional y la conducta disfuncional. Ayuda a sostener la

observación de los pensamientos y sentimientos con la intención de lograr una mayor comprensión de su naturaleza.

Las rúbricas creadas nos permitieron evaluar la idoneidad de la metodología, en la que los estudiantes participantes contestaron que:

Para evaluar los objetivos y contenidos, crearemos una plantilla/rúbrica en la que se evaluarán los siguientes ítems de los talleres:

1. Mejora de habilidades emocionales

SI: Los talleres apoyan la mejora de habilidades emocionales y las relaciones sociales, están bien organizados y resultan interesantes: 85%

MODERADAMENTE: Los talleres tienen elementos que favorecen el aprendizaje y fomentan la interactividad y la organización es aceptable: 15%

NO: no mejoran el proceso de aprendizaje y están mal organizados: 0%

2. Autoconcepto y autoestima

SI: Los talleres ayudan a descubrir o reflexionar sobre las propias emociones, sentimientos y estados de ánimo: 90%

MODERADAMENTE: Los talleres tienen elementos que favorecen la autoestima: 10%

NO: no mejoran el proceso de autoestima y están mal organizado: 0%

3. Identificación y expresión de emociones

SI: Los talleres ayudan a discriminar emociones en cada circunstancia y expresarlas de forma que se obtengan los objetivos deseados: 80%

MODERADAMENTE: Los talleres tienen elementos que favorecen la expresión de emociones: 20%

NO: no mejoran el proceso de identificación de emociones y están mal organizados: 0%

4. Autoconciencia emocional y reestructuración cognitiva

SI: Los talleres ayudan a cambiar o reemplazar las emociones negativas en positivas o paliar sus efectos: 85%

MODERADAMENTE: Los talleres tienen elementos que favorecen la reestructuración cognitiva: 15%

NO: no mejoran el proceso de autoconciencia a y están mal organizados: 0%

5. Habilidades de comunicación

SI: Los talleres ayudan a establecer una concordancia entre el mensaje verbal y el no verbal, facilitándose de esta forma una adecuada interpretación del mensaje: 80%

MODERADAMENTE: Los talleres tienen elementos que favorecen la comunicación: 20%

NO: no mejoran el proceso de comunicación y están mal organizados: 0%

6. Papel de la nutrición en el sistema nervioso

SI: Los talleres ayudan al diseño de estrategias saludables para diseñar dietas adaptadas a cada periodo del semestre que favorezcan el desempeño cognitivo ya académico de los estudiante: 95%

MODERADAMENTE: Los talleres tienen elementos que favorecen las estrategias saludables relacionadas con la nutrición: 5%

NO: no mejoran el conocimiento ni las habilidades para establecer una correcta nutrición durante el curso: 0%

7. El descanso y el aprendizaje

SI: Los talleres ayudan a descubrir el papel que el sueño tiene en la consolidación de la memoria y el aprendizaje: 80%

MODERADAMENTE: Los talleres tienen elementos que favorecen la higiene de sueño en periodos de estrés para evitar una influencia negativa de la ansiedad: 10%

NO: no mejoran el conocimiento del papel del sueño en la memoria y el aprendizaje: 10%

8. Actividad física y proceso cognitivo

SI: Los talleres ayudan a conocer la importancia de la asociación entre una actividad física adecuada y el proceso de aprendizaje: 100%

MODERADAMENTE: Los talleres tienen elementos que favorecen el conocimiento de la importancia del sueño pero son difíciles de implementar: 0%

NO: no mejoran el conocimiento del papel de la actividad física en la memoria y el aprendizaje: 0%

9. Salud integral y proceso cognitivo

SI: Los talleres ayudan a conocer la importancia de la asociación entre la salud física y mental con el proceso de aprendizaje: 100%

MODERADAMENTE: Los talleres tienen elementos que favorecen el conocimiento de la importancia de la salud en el aprendizaje pero son poco atractivos o difíciles de implementar: 0%

NO: no mejoran el conocimiento del papel de la salud integral en la memoria y el aprendizaje: 0%

Para evaluar los talleres, se evaluaron los siguientes ítems:

1. Presentación del contenido en los talleres de manera adecuada

SI: La información está bien ordenada y accesible: 95%

MODERADAMENTE: Hay un cierto orden, aunque es mejorable: 5%

NO: La información presentada está ordenada de manera poco intuitiva: 0%

2. Los recursos utilizados en los talleres son atractivos y el diseño es adecuado

SI: Los recursos docentes son motivadores y ayuda en el estudio: 90%

MODERADAMENTE: Tiene elementos atractivos, aunque otros aspectos se pueden mejorar: 10%

NO: no mejora el estudio y comprensión de la asignatura: 0%

3. La base científica de los talleres es adecuada

SI: Presenta una buena base científica y tiene bibliografía adecuad: 100%

MODERADAMENTE: Algunos elementos tienen buena base, pero otros son divulgativos: 0%

NO: Carece de base científica: 0%

4. El entorno de los talleres y la organización es adecuada

SI: Los talleres apoyan el aprendizaje y las relaciones sociales, están bien organizados y resultan interesantes: 85%

MODERADAMENTE: Los talleres tienen elementos que favorecen el aprendizaje y fomentan la interactividad y la organización es aceptable: 15%

NO: no mejoran el proceso de aprendizaje y están mal organizados: 0%

Para evaluar la dinámica de trabajo, creamos una plantilla/rúbrica en la que se evaluaron los siguientes ítems:

1. Los talleres fomentan el aprendizaje y la motivación

SI: Este modelo de aprendizaje ayuda a fomentar la curiosidad y el aprendizaje autónomo: 100%

MODERADAMENTE: Los talleres fomentan ciertos aspectos del aprendizaje: 0%

NO: No ayuda al autoaprendizaje ni fomenta la curiosidad 0%

2. Los talleres ayudan a la mejora de la gestión del tiempo, autoestima y reducción de la ansiedad

SI: Estos talleres ayudan a la autoestima y el interés: 90%

MODERADAMENTE: Los talleres fomentan ciertos aspectos del aprendizaje: 10%

NO: No ayudan a la autoestima ni a la reducción de estrés: 0%

3. Los talleres ayudan a la mejora del proceso cognitivo mediante una visión integrada de la salud física y mental

SI: Los talleres ayudan a conocer la importancia de la asociación entre la salud física y mental con el proceso de aprendizaje: 100%

MODERADAMENTE: Los talleres tienen elementos que favorecen el conocimiento de la importancia de la salud en el aprendizaje pero son poco atractivos o difíciles de implementar. 0%

NO: no mejoran el conocimiento del papel de la salud integral en la memoria y el aprendizaje. 0%

Para evaluar los tiempos y recursos, creamos una plantilla/rúbrica en la que se evaluaron los siguientes ítems:

1. Los materiales y recursos aportados son adecuados

SI: Los materiales bibliográficos y recursos aportados son apropiados y ayudan a una mejora del aprendizaje: 90%

MODERADAMENTE: Se aportan algunos materiales y recursos útiles, pero otros no ayudan en el proceso de aprendizaje: 10%

NO: Los materiales y recursos no son útiles: 0%

2. La periodicidad de los talleres y tutorías es adecuada

SI: Son suficientes para alcanzar los objetivos: 75%

MODERADAMENTE: La periodicidad es adecuada salvo en algunos momentos del calendario (exámenes, prácticas): 25%

NO: La periodicidad no se ajusta al calendario del estudiante: 0%

5. Realice cualquier otra consideración evaluativa que permita realizar una adecuada valoración de la actividad de formación desarrollada.

HA sido una experiencia muy enriquecedora y es importante seguir estudiando el desgaste académico, la inteligencia emocional y los hábitos de vida en los estudiantes con NEAE para correlacionarlos con otras variables psicológicas como la depresión u otros trastornos, que permitirán una comprensión de la actitud de los estudiantes hacia el rendimiento académico.

4. Aporte una memoria económica con los gastos derivados del proyecto, especificando las partidas presupuestarias, gastos específicos y adjuntando los justificantes de pago.

4.1. Memoria económica del PIB tipo A o B (desarrollados en un curso académico, sea en un semestre o en dos semestres)

Conceptos en los que se ha gastado	Subtotal primer periodo o semestre	Subtotal segundo periodo o semestre
TOTAL 0 euros		

4.1. Memoria económica para PIB tipo C (desarrollados en uno o dos cursos académicos)

Conceptos en los que se ha gastado	Subtotal Primer Semestre	Subtotal Segundo Semestre	Subtotal Tercer Semestre	Subtotal Cuarto Semestre
TOTAL 0 Euros				

5. Aporte una memoria de gestión indicando los puntos fuertes, las dificultades y posibles opciones de mejora que han surgido a partir de la innovación docente planteada.

El proyecto se ha llevado a cabo según el cronograma previsto, por parte de todos los miembros del equipo, sin embargo, durante los periodos de exámenes detectamos una menor asistencia de estudiantes, por lo que algunos talleres o sesiones se han modificado de fecha para evitar interferir con el resto de actividades y mejorar la asistencia de los estudiantes. Es importante seguir estudiando el desgaste académico, la inteligencia emocional y los hábitos de vida en los estudiantes con NEAE para correlacionarlos con otras variables psicológicas como la depresión u otros trastornos, que permitirán una comprensión de la actitud de los estudiantes hacia el rendimiento académico. Asimismo, sería necesario estudiar estos variables diferenciadoras por género, aumentando la población de estudio y en diferentes facultades y grados académicos para encontrar índices que permitan contrastar estos resultados. Además, sería deseable una intervención más holística que incluya hábitos de vida y otras variables para traducir el conocimiento de la inteligencia emocional en el comportamiento habitual y en el proceso de enseñanza-aprendizaje.

6. Indique los datos del profesorado (incluido en la solicitud o cuya inclusión haya sido autorizada por el Vicerrectorado de Calidad, Innovación Docente y Estudios de Grado) que ha asistido al 80% de las acciones desarrolladas y al que hay que certificar la actividad.

Fecha: 29/9/2025

El/La Coordinador/a

Firmado: JAVIER DIAZ CASTRO