ENSAYO: CREANDO UN ENTORNO PROPICIO PARA EL APRENDIZAJE A DISTANCIA

Posted on 16 marzo, 2025 by miguelangelaguirref@gmail.com

Categories: UNADM, Uso de la Tecnología en el Aprendizaje

UNADM "Orgullo y Corazón"

Introducción.

Actualmente por el gran desarrollo que han tenido las tecnologías de comunicación proceso de datos y redes, el aprendizaje a distancia ha ganado relevancia, gracias a la flexibilidad y adaptabilidad que ofrecen. Ya que el estudiante puede administrar sus tiempos y decidir en qué momento conectarse y ver o leer una clase. Pero por ello mismo, su efectividad depende, en gran medida, de un entorno adecuado que potencie la capacidad de concentración y aprendizaje. Según la experiencias y los hábitos de estudio desarrollados en este formato, un entorno propicio y muy idóneo, debe cumplir con ciertas características.

1. Espacio físico organizado y cómodo

Un entorno óptimo para el aprendizaje online comienza por establecer un lugar físico que sea cómodo, organizado y libre de distracciones. Debe incluir:
- Buena iluminación: Preferiblemente natural para evitar fatiga visual, pero no solo a la iluminación del espacio sino también a la iluminación que nos ofrece la pantalla.
- Mobiliario adecuado: Silla ergonómica y una mesa a la altura correcta para garantizar comodidad durante largas horas de estudio.
- Materiales de estudio accesibles: Todo lo necesario (libros, cuadernos, dispositivos tecnológicos, etc.) debe estar al alcance para minimizar interrupciones.

2. Infraestructura tecnológica confiable

Dado que el aprendizaje a distancia depende de herramientas tecnológicas, es esencial contar con:
- una muy buena conexión a Internet: debe ser muy estable y con bastante velocidad adecuada para videoclases y las diversas plataformas y tecnologías de estudio en línea.
- Dispositivo funcional: Computadora, tablet o teléfono con buena capacidad de de memoria y velocidad de procesamiento.
- Software y aplicaciones actualizadas: Tener instaladas y actualizadas las herramientas necesarias para el desarrollo del aprendizaje (por ejemplo en nuestras clases sincronas sería desastroso tener cortes por falta de velocidad o de memoria, o en el sistema LMS que usamos para todo el esquema de nuestras clases).

3. Gestión del tiempo

La autodisciplina y una buena gestión del tiempo son fundamentales. Un entorno propicio debe facilitar la adherencia a una rutina organizada, incluyendo:
- Horarios establecidos: Planificar sesiones de estudio diarias o semanales.

- Descansos programados: Aplicar métodos como Pomodoro para alternar entre trabajo y pausas.
- Reducción de multitareas: dejar de pensar que somos un prohombre casi Superman y empezar humildemente a priorizar una tarea a la vez para alcanzar con eficacia nuestras metas y objetivos.

4. Minimización de distracciones

En el hogar, las distracciones externas pueden afectar el aprendizaje. Algunas recomendaciones incluyen:
- Notificaciones desactivadas: Modos como "No molestar" en dispositivos electrónicos.
- Ubicación silenciosa: Evitar zonas con ruidos constantes.
- Separación de tareas: Designar áreas exclusivas para trabajar o estudiar.

5. Apoyo emocional y motivacional

El aprendizaje a distancia puede ser solitario, por lo que es crucial fomentar un entorno que promueva el bienestar emocional:
- Conexión social: Mantener contacto con compañeros y docentes para fomentar un ambiente colaborativo.
- Metas claras: Tener objetivos específicos y a corto plazo como motivación constante.
- Autocuidado: Realizar actividades de relajación o deporte para balancear el estudio.

6. Personalización del entorno

Cada estudiante tiene necesidades y preferencias únicas para su aprendizaje. Adaptar el entorno para que refleje tu estilo personal, como decorar el espacio o usar ciertos métodos, puede incrementar la motivación y el disfrute del proceso.

Conclusión

El aprendizaje a distancia requiere de disciplina, pero un entorno propicio puede marcar la diferencia entre un proceso estresante y una experiencia efectiva y gratificante. Con atención a los aspectos físicos, organizativos y emocionales, cualquier persona puede potenciar sus resultados académicos desde casa mientras mantiene un balance saludable entre sus responsabilidades y bienestar personal.

UNADM "Orgullo y Corazón"

UNADM "Orgullo y Corazón"