

**PROPÓSITO:** Reflexionamos sobre aquellos aspectos que nos generan frustración y los aprovechamos como oportunidades para aprender.

## “Todas y todos podemos aprender”

### Leemos y reflexionamos sobre la historita de Mojo

Nuestra historia empieza con Mojo, un monstruo simpático al que le encantaba el colegio, y especialmente Matemáticas. Hasta que un día algo terrible sucedió, los problemas de Matemáticas se volvieron más difíciles, ¡ya nada tenía sentido!. Mojo tuvo un pensamiento terrible, pensó que no era lo suficientemente inteligente para el colegio, le pareció que la única cosa razonable que podía hacer era preparar las maletas e irse para siempre. Pero justo en ese momento escuchó a su amiga Katie, estaba riéndose “Mojo no puedes rendirte”, dijo ella. “¡No tengo elección Katie!”, dijo Mojo. “O has nacido inteligente o no”, dijo Katie “y yo me he dado cuenta hoy de que no lo soy” dijo Mojo, “Mojo eso no funciona así, cualquiera puede ser inteligente, sólo tienes que esforzarte” dijo Katie. “esa es la cosa más ridícula que he escuchado”, dijo Mojo. “No es ridículo, es ciencia. Los neurocientíficos han estudiado el cerebro durante años, han descubierto un secreto increíble: ¡tu cerebro es como un músculo!, cuando intentas hacer cosas que son un reto como los problemas más difíciles de Matemáticas, le estás dando a tu cerebro el ejercicio que necesita para ponerse más fuerte, lo que te hará más inteligente”, dijo Katie. “¡Oh! ¿Eso es verdad?”, dijo Mojo. “por supuesto. Es como cuando eras un bebé, y no sabías hablar, pero lo seguiste intentando y ejercitaste tu cerebro... hasta que lo lograste”, dijo Katie. Mojo no podía creer lo que estaba escuchando. Si tu cerebro es realmente como músculo ¿significaba que cualquiera podía hacerse más inteligente? ¿incluso él? Justo cuando le iba a preguntar esto a Katie, ella tuvo que irse a la siguiente clase.



Ahora con esta linda historia estamos listos para revisar algunos conceptos que hemos comenzado a conocer con Mojo.

**LA INTELIGENCIA:** Es la capacidad de razonar, planificar, resolver problemas, pensar de manera abstracta, comprender ideas complejas, aprender rápidamente y aprender de la experiencia. **El cerebro** es el responsable de la inteligencia y es un músculo que se entrena, así que a medida que nos esforzamos y adquirimos nuevos retos, este músculo se fortalece.



Es importante saber que **la inteligencia** es capaz de desarrollarse a través de la práctica constante en cualquier área o curso en que estemos interesados.

Es importante también, tener un tiempo para respirar, porque tu cerebro también necesita pausas que te ayuden a regular tus emociones, como hacer deporte, escuchar música, leer, dibujar, etc.



### ¿Qué podemos hacer para mejorar nuestra inteligencia?

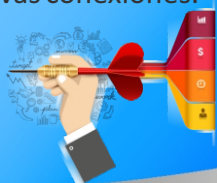
Igual que una persona que levanta pesas o un futbolista para ser un atleta, el cerebro debe ejercitarse y practicar duro, habrá momentos en los que dudes de tu éxito y quieras desistir, pero cuando sientas que te estás volviendo mejor en algo, todo el trabajo del mundo habrá valido la pena.





## Algunos consejos para seguir este entrenamiento

**Ponte una meta difícil** para que tu cerebro tenga que trabajar duro y crear nuevas conexiones.



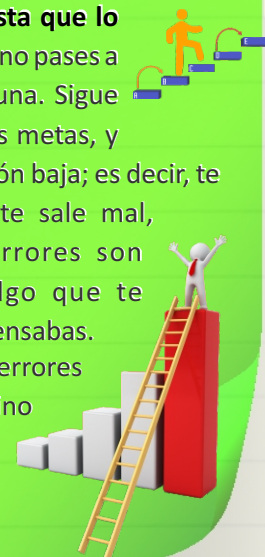
**Practica una y otra vez**, equívocate y presta atención a tus errores no tengas miedo equivocarte. Las ideas más grandes y sus pensadoras y pensadores creyeron que sus proyectos eran un fracaso al inicio, hasta que lograron entender el porqué, repasaron la secuencia y no se centraron sólo en el error, de esa forma lograron su objetivo.



**Ejercita los 2 hemisferios de tu cerebro**, cada hemisferio tiene sus propias funciones; por tanto procura desarrollar actividades relacionados a la ciencia, el cálculo y la lengua así como a la imaginación y creatividad, esto te permitirá elaborar procesos complejos y aprender poniendo en juego la razón y la emoción.



**Empieza por una actividad fácil hasta que lo domines**, y así vas subiendo de nivel, no pases a otro sin haber dominado del todo una. Sigue ejercitándote proponiéndote nuevas metas, y si alguna vez sientes que tu motivación baja; es decir, te sientes desanimado porque algo te sale mal, recuerda que tú puedes, tus errores son oportunidades para dominar algo que te permiten llegar más lejos de lo que pensabas. Si te equivocas no te preocupes, los errores solamente indican que estas en camino de aprender algo nuevo. ¡Felicitaciones si has cometido un error, tu cerebro está creciendo!

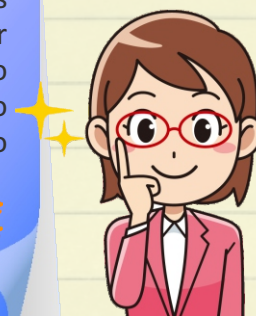


**Mantente positivo** y si no consigues algo, piensa "todavía, pero pronto lo haré". Aprender algo nuevo es una aventura, al principio todo es difícil, pero finalmente lo conseguirás, prueba algo nuevo, si algo no te sale vale la pena probar nuevas estrategias de cómo abordar el problema. Pregunta a tu profesor(a), consulta un libro, busca en internet, piensa en una alternativa, pide ayuda a tus compañeros.

**Nunca temas preguntar** recuerda que es una oportunidad para aprender algo nuevo.



**Ama los retos**, busca nuevas metas, esfuérzate por descubrir algo nuevo y disfruta del proceso de equivocarte y aprender, sólo así te convertirás en un verdadero atleta del cerebro.



# Ficha de trabajo

I. Reflexiona sobre la historia de Mojo y responde las siguientes interrogantes:

1. ¿Por qué quería dejar la escuela Mojo?

---



---



2. ¿Puede Mojo volverse más inteligente?

---



---



3. ¿Has estado en una situación similar?. Describe brevemente.

---



---



II. Realizamos el siguiente reto: **“FINALIZANDO MIS TAREAS O ACTIVIDADES PENDIENTES”**

Finalizar alguna tarea que quizás la dejamos a medias porque nos desanimamos. ¿Recuerdas alguna clase de tarea, actividad o deporte que hayas querido intentar y al final no pudiste lograrlo?. Pues bien ahora tendrás la oportunidad de pensar en qué harías hoy diferente para poder lograrlo.

¿Cuál fue esa tarea o proyecto que dejaste y quisieras volver a intentar?

---



---

¿Cómo la vas a desarrollar, qué vas a hacer diferente para poder retomar esa tarea o actividad?

---



---

Menciona ¿Qué recursos requieres, cómo lo conseguirás? Por ejemplo algún libro, alguien a quien pedirle ayuda, materiales etc.

---



---

Recuerden que después de realizar el trabajo deben guardarlo en su portafolio.

