

**Lunes
11
de Octubre**

Sexto de Primaria Educación Socioemocional

¿Y ahora cómo lo resuelvo?

Aprendizaje esperado: Realiza una autoevaluación del proceso que llevó a cabo para resolver un problema.

Énfasis: Evalúa su proceso para resolver un problema.

¿Qué vamos a aprender?

Aprenderás a realizar una autoevaluación de un proceso para resolver un problema.

¿Qué hacemos?

A continuación te presentamos información y algunas actividades que te ayudarán a resolver un problema.

Para empezar te compartimos una experiencia recordando el momento en que María encontró su objeto roto.

Esteban que lo rompió, trae el objeto que le había roto la clase pasada, María ve que su compañero, lo esconde en un lugar donde no lo pueda ver, además tiene las manos con guantes que usó para protegerse del material que estuvo ocupando para repararlo.

María se le queda viendo extrañada y le pregunta qué es lo que tiene en las manos.

Esteban le dice que tuvo que resolver algo y que le tomó mucho tiempo lograrlo, por eso tiene las manos sucias, pero ahora mismo se irá a lavarlas.

Le muestra el objeto y le dice: Mira la verdad es que estoy muy agradecido y feliz por el trato que me has dado y con el apoyo que me han dado todas las personas de la escuela, pero especialmente tu, y como también quiero ser recíproco, me sentí muy mal por haber roto algo que era muy importante para ti.

María responde: ¡Lo arreglaste! Estoy muy feliz pensé que lo había perdido para siempre, es algo muy preciado para mí, fue un regalo de mi abuelita, pero ¿Por qué traías las manos así de sucias?

Esteban le dice que fue un proceso un poco largo, pero definitivamente ha valido la pena porque todo ese esfuerzo y perseverancia se ha visto reflejado y recompensado nada más de ver lo contenta que se puso al recuperar el objeto.

Ella se nota cada vez más intrigada y sorprendida al respecto, así que le pide que le explique bien a detalle cómo es que fueron las cosas y el procedimiento a detalle que llevó a cabo.

Él trata de explicar cómo fue el proceso para resolver ese “problema” pero de toda la emoción que tiene no puede hablar entonces tartamudea, se le van las ideas o a veces no se le entiende lo que está diciendo entonces toma una respiración y le comenta a María que es momento de hacer un ejercicio de atención para que pueda tranquilizarse y explicar con claridad todo el proceso que recorrió para resolver el problema que había ocasionado.

Ejercicio de atención.

Toman una postura de montaña.

En esta ocasión tomaron en cuenta algunos procesos que suceden en el cuerpo comenzando con el de oxígeno al respirar: El oxígeno pasa de los alvéolos a la sangre a través de los capilares (pequeños vasos sanguíneos) que revisten las paredes alveolares.

Una vez que el oxígeno pasa al torrente sanguíneo, la hemoglobina lo captura en los glóbulos rojos, llevando oxígeno a todo el cuerpo.

La sangre y el corazón: Las arterias transportan la sangre desde el corazón al resto del cuerpo, y las venas que la transportan por todo el cuerpo hasta el corazón de vuelta.

El sistema circulatorio lleva oxígeno, nutrientes y hormonas a las células y elimina los productos de desecho, como el dióxido de carbono la sangre está en todo el cuerpo desde las arterias hasta los vasos capilares más pequeños, en los dedos, la cabeza, en lo ojos.

El corazón es muy fuerte al mover toda esa sangre y bombearla durante toda nuestra vida sin parar.

También, siguiendo este análisis de nuestro cuerpo, vamos a pensar un poco en la manera en que los sonidos en el oído viajan: La oreja capta las ondas (suena campanita) sonoras que se transmiten a través del conducto auditivo hasta el tímpano.

El tímpano es una membrana flexible que vibra cuando llegan las ondas sonoras, esta vibración llega a la cadena de huesecillos que amplifican el sonido y lo transmite al oído interno, de ahí la conexión con el cerebro para interpretar lo que estamos escuchando, el sonido no huele, no se puede tocar, no se puede oler, ni mucho menos ver pero sí se puede sentir.

Ahora que hablamos del físico, de lo que somos y los procesos que llevamos, pensemos "Cuando cometo algún error, yo".

Esa frase nos abre la posibilidad de pensar al respecto de cómo actuar ante alguna adversidad o toma de decisiones. Como empiezo, como lo desarrollo, y cómo lo llevo a concluir. Piensa en: ¿Así es la mejor manera de solucionarlo? ¿De qué otra forma puedo resolverlo?

Esteban le comenta a María que ese ejercicio de atención también le sirvió para pensar antes de actuar qué decisiones debía tomar para reparar el objeto, revisar las opciones y analizar las ideas, de manera que el resultado fuera positivo.

Entonces, Esteban más tranquilo le dice que buscó varias formas de reponer el objeto; la primera fue ir a buscar en alguna tienda el mismo objeto o algo similar pero se dio cuenta que ya no había existencia de él, ya no podría encontrarlo y que además lo importante no era el objeto en sí sino su valor sentimental.

Entonces decidió analizar el objeto y las piezas que había roto, y puesto que no había manera de conseguir otro igual, decidió repararlo, pero para lograr repararlo, y resolver el problema, tuvo que seguir un proceso:

1. Se dio cuenta de que material estaba hecho el objeto.
2. Trató de armar el objeto que había roto.
3. Se dio cuenta que necesitaba material especial para unirlo, para pegarlo.
4. Se dedicó a investigar que le podría funcionar mejor.
5. Ir a conseguir el pegamento y llevarlo a casa.
6. Ubicó un lugar en específico para poder trabajar y llevar a cabo las reparaciones necesarias para el objeto sin causar algún daño dentro de la casa.

María le comenta que se da cuenta que sí analizó bien como resolver el problema.

Esteban le cuenta de su experiencia con objetos rotos durante su infancia, de ahí su experiencia.

María le pregunta si pudo notar algo al término de todo el proceso que acaba de describir.

Esteban le responde que pudo notar que es muy paciente pues le tomó tiempo, pero no le causó molestia, incluso recordó que antes le gustaba armar rompecabezas y debía tener la misma paciencia y habilidad de poner las piezas en su lugar.

María le pregunta si no olvidó recoger lo que utilizó.

Esteban apenado le responde que no se le ocurrió.

María comenta que sería bueno incluirlo en el proceso.

Esteban le dice que tiene razón pues ahora que estaba intercambiando ideas sobre el procedimiento que utilizó puede enriquecerlo y darse cuenta de que le faltó la parte del aseo.

Esteban pregunta a María si alguna vez ha seguido una serie de pasos para resolver algún problema y ¿Qué pensó después de haber resuelto el problema?

María da ejemplos de algunos problemas que resolvió siguiendo una serie de pasos como el hacer galletas.

Esteban le comenta a María que la mayor parte del tiempo estamos analizando las acciones que vamos a tomar y le pone un reto para comprobarlo.

Actividad de balance.

Consiste en transportar un libro en equilibrio, y en seguida la dificultad aumenta, no solamente va a transportar el libro en la cabeza también le va a poner un rollo de papel de baño encima, durante el recorrido tiene que sentarse, levantar o esquivar algún objeto y obstáculo.

Esteban le pregunta a María cómo lo resolvió, si se pudo haber ido por otro lado o haber hecho otro movimiento, ella le comenta que antes de actuar se fijó de qué manera se iba a mover por lo que no se le complicó hacer un recorrido para cumplir el reto.

María sigue la plática y le comenta a Esteban que esto puede funcionar en muchas cosas y que de hecho ya lo ha ocupado antes y da algunos ejemplos como cuando tiene que hacer un examen, ella se dedica a revisar los cuadernos, checar las notas, verificar los apuntes e investigar o preguntar las dudas.

¿Obtengo buenos resultados con el procedimiento que llevo a cabo? ¿Cumplo con los parámetros de calidad para un buen trabajo?

El Reto de Hoy:

Realizar en casa el reto de María y Esteban, siempre y cuando estés bajo la supervisión de un adulto, el área sea segura para llevarlo a cabo, incluso lo puedes hacer con tus familiares y ver quién lo hace mejor.

Transporta un libro en equilibrio y vas aumentando la dificultad ya que no solamente vas a transportar el libro en la cabeza también le vas a poner un rollo de papel de baño encima, durante el recorrido tienes que sentarte, levantar o esquivar algún objeto u obstáculo.

Recuerda que es muy importante poner atención a las acciones que tomas para resolver algún conflicto.

Si en tu casa hay otros libros relacionados con el tema, consúltalos, así podrás saber más, si no cuentas con estos materiales no te preocupes, en cualquier caso, platica con tu familia sobre lo que aprendiste, seguro les parecerá interesante.

¡Buen trabajo!

Gracias por tu esfuerzo.

Para saber más:

Lecturas



https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/533118/6o_CUADERNO_OK_PNCE.pdf