

SET VEINTI UNO



UNIDAD
MODELO

Este material
incluye:



UNIDAD MODELO

- Proyecto del Cuaderno del alumno
- Fichas del profesor
- Acceso a la experiencia web



The background is a solid orange color with a repeating pattern of white, stylized, abstract shapes. These shapes include interconnected dots and lines, resembling a network or molecular structure, as well as some cloud-like or floral motifs.

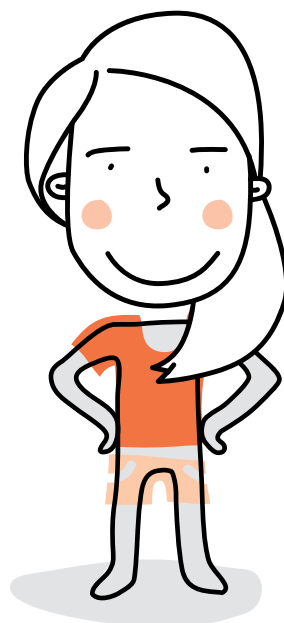
Accede a la experiencia
SET VEINTIUNO

<http://setveintiuno.com/demo>

Aprender a pensar SET Veintiuno

Aprender a pensar es un programa para el entrenamiento ético, crítico, creativo y riguroso de las estrategias que intervienen en los procesos mentales. Este objetivo se desglosa en el entrenamiento específico de diferentes rasgos del pensamiento para que cada niño, a su nivel, desarrolle cada uno de ellos.

La capacidad del cerebro para aprender es inimaginable. Es importante que los alumnos aprendan qué tipo de pensamiento es el más apropiado para cada situación; enseñarles a pensar de forma creativa, crítica y rigurosa, de forma compleja y sofisticada, que les prepare para enfrentarse y resolver distintas situaciones en contextos variados.



Aprender a pensar es un programa educativo con cinco niveles de aprendizaje

NIVEL PREBENJAMÍN

6-8 años

NIVEL BENJAMÍN

8-10 años

NIVEL ALEVÍN

10-12 años

NIVEL CADETE

12-14 años

NIVEL JUVENIL

14-16 años

Las diez claves para entender el programa *Aprender a pensar* son:

1

Está basado en 3 indicadores: las **habilidades** del pensamiento, las **características** del pensamiento, y el control y la gestión del pensamiento.

2

Favorece la **curiosidad intelectual**. Preguntarse por las cosas, detectar problemas, mostrar entusiasmo por aprender, observar de cerca la realidad y plantear cuestiones que estimulen para seguir investigando.

3

Desarrolla la habilidad de ser **intelectualmente cuidadosos**. Genera la necesidad de precisión, organización y minuciosidad, estar alerta ante un posible error o inexactitud de la información o del proceso.

4

Genera una **cultura de autoevaluación continua** del aprendizaje, promoviendo la reflexión y la metacognición.

5

Utiliza las **preguntas** para desencadenar procesos de aprendizaje profundo.

6

Contiene actividades para favorecer la reflexión **individual**, y actividades para realizar en **pequeños grupos** que aseguran el aporte de ideas equitativo.

7

Propone secuencias de pensamiento para que los alumnos conviertan sus **objetivos y deseos en acciones**, permitiéndoles seleccionar en un futuro la estrategia más eficaz para resolver un determinado problema.

8

Gradúa la toma de decisiones para que esta sea cada vez más autónoma y consciente sobre **cómo, cuándo y qué aprender**.

9

Evalúa el resultado de lo que el alumno ha aprendido y la eficacia del proceso que ha elegido utilizar para **planificar** mejor futuros aprendizajes y **transferirlo** a situaciones o problemas diferentes.

10

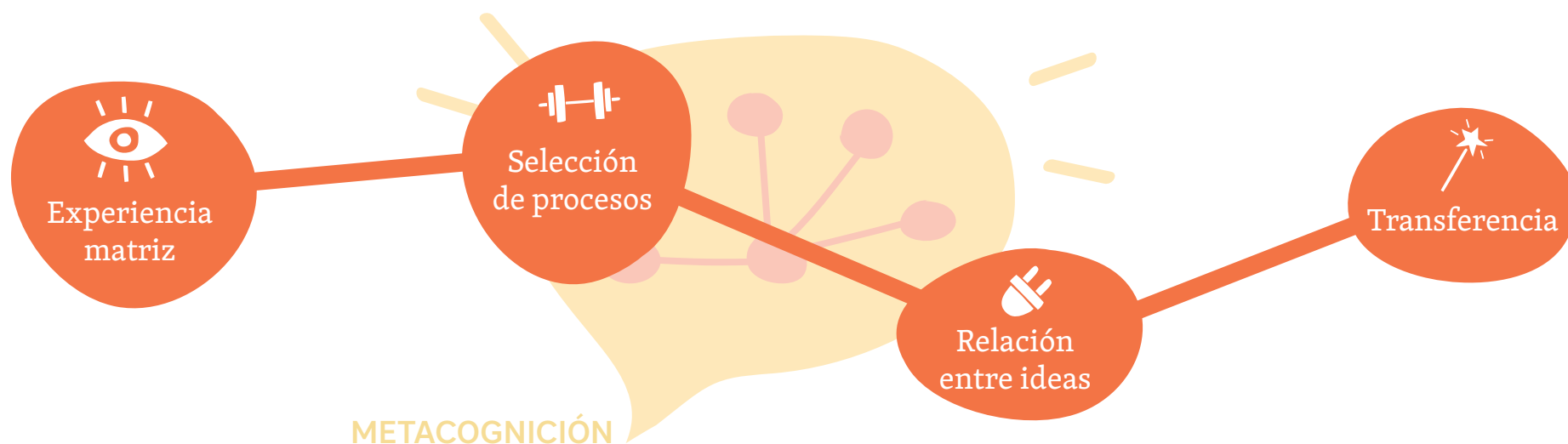
Aumenta la capacidad del alumno para poner nombre a aquello que ocurre en nuestra mente mientras pensamos, a través de la **estimulación continua del vocabulario** específico relacionado con el aprendizaje y el pensamiento.

El programa *Aprender a pensar* SETVEINTIUNO consta, por cuaderno, de 9 unidades y 3 conectomas (ePorfolios de metacognición).

Cada bloque de aprendizaje, que coincide con los indicadores (las habilidades del pensamiento; las características del pensamiento; el control y la gestión del pensamiento) va acompañado de un atractivo vídeo que permite introducir los contenidos que se van a trabajar y generar una reflexión previa con los alumnos.

Por su parte, el docente tendrá a su disposición las Fichas del profesor con orientaciones didácticas para afrontar el trabajo sobre cada unidad.

El programa *Aprender a pensar* SETVEINTIUNO repite la estructura de los conocimientos en cada nivel, adaptándose cada uno al momento vital de los alumnos, para consolidar un proceso práctico y eficaz en el momento de abordarlo:



EXPERIENCIA MATRIZ

Ejercicio de observación para extraer ideas previas útiles para abordar el tema de la unidad.



SELECCIÓN DEL PROCESO

Conocimiento de la estrategia de pensamiento que se va a trabajar.



RELACIÓN ENTRE IDEAS

Aplicación, de forma grupal, de los conceptos y contenidos aprendidos.



TRANSFERENCIA

Entrenamiento del pensamiento más allá del aula.

A continuación, se detalla el contenido que se trabajan en cada unidad de aprendizaje.

Nivel 0. Prebenjamín	Las características de mi pensamiento	¿Te gustan las sorpresas? ¿Y si tú eres yo? ¿Te acuerdas?	- Capacidad de sorpresa - Qué piensan los demás - Memorizar información relevante
	Las habilidades de mi pensamiento	¿Cuidas todo lo que haces? ¿Sabes preguntar? ¿Sabes por qué?	- Ser cuidadoso con la tarea - Generar preguntas - Determinar las causas
	El control y la gestión de mi pensamiento	¿Cuánto cabe en la cabeza? ¿Rendirse o intentarlo de nuevo? ¿Hablas con tu cerebro?	- No podemos saberlo todo - Mejorar de forma constante - Manejar el lenguaje del pensamiento
Nivel 1. Benjamín	Las características de mi pensamiento	¿Jugamos a adivinar? ¿Cómo dos gotas de agua? - De explorador a pensador	- Aprender con todos los sentidos - Comparar a contrastar - Escucha activa
	Las habilidades de mi pensamiento	¿Controlas tu atención? ¿Tienes buen ojo? ¿Es divertido aprender?	- Prestar atención, concentrarse - Observar de forma exhaustiva - Disfrutar, divertirse al aprender
	El control y la gestión de mi pensamiento	¿Cuál es tu objetivo? ¡Cuidado! ¿Qué pienso? ¿Para qué sirve lo que sabes?	- Focalización de la tarea - Estar alerta - Usar el conocimiento en distintos contextos

Nivel 2.
Alevín

Las características
de mi pensamiento

Usar el conocimiento en distintos
contextos
¿En qué eres un experto?
¿Por dónde empiezo?

Crear metáforas y analogías
Generosidad intelectual
Secuenciar los pasos de una tarea

Las habilidades
de mi pensamiento

¿Sabemos preguntar?
¿Por qué opinamos sin saber?
¿Y si fueras tú?

Generar preguntas y buscar
la precisión
Buscar evidencias
Empatía

El control y la gestión
de mi pensamiento

¿Quién es capaz de mejorar?
¿Conoces todo lo que hace
tu mente?
¿Nos reímos un rato?

Mejora de forma constante
Manejar el lenguaje
del pensamiento
El sentido del humor

Nivel 3.
Cadete

Las características
de mi pensamiento

¿Tienes la mente abierta?
¿Es el todo más que la suma
de sus partes?
¿Aplicas lo que sabes?

Mente abierta y consideración
de opciones
Pensamiento global: el todo
y las partes
Uso de conocimientos previos

Las habilidades
de mi pensamiento

¿Controlas lo que piensas?
¿Todos los problemas tienen
solución?
¿Se puede pensar con el corazón?

Manejo de la impulsividad
Percepción, planteamiento
y resolución de problemas
Distanciamiento de las situaciones

El control y la gestión
de mi pensamiento

¿Qué haces con el tiempo?
¿Sabes cómo aprendes?
¿Solo sé que no sé nada?

Gestión eficaz del tiempo
Estilos cognitivos
Humildad intelectual

Nivel 4.
Juvenil

Las características
de mi pensamiento

¿Das todo lo que puedes?
¿1 mente + 1 mente = 1 mente?
¿Cómo hacer un mural sin
pegamento?

Buscar la precisión y la calidad
Tener en cuenta lo que piensan
los demás
Innovar, proponer soluciones nuevas
a problemas conocidos

Las habilidades
de mi pensamiento

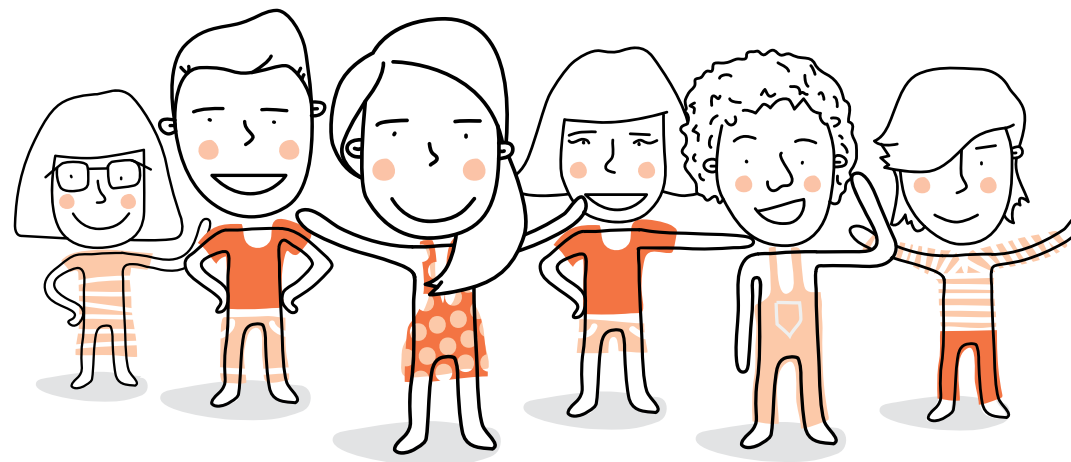
¿Dónde se esconden
las preocupaciones?
¿Por qué debería ayudarte?
¿De qué fuente bebes?

Manejar el estrés y la presión
Deliberar y tomar decisiones
Juzgar la fiabilidad de las fuentes

El control y la gestión
de mi pensamiento

¿Cómo me cuentas el cuento?
¿Cómo piensas cuando miras
la pantalla?
¿Nos entendemos?

Ser consciente de las ideas previas
y de los condicionamientos
El pensamiento eficaz en la cultura
de la imagen
Gestionar la ambigüedad,
pensamiento flexible



Antes y después de cada bloque, están los **conectomas cerebrales**, que actúan como portfolio físico del alumno con el que el docente puede llevar a cabo la evaluación. En un cuaderno, por tanto, hay tres conectomas cerebrales: Mi conectoma cerebral 1, Mi conectoma cerebral 2 y Mi conectoma cerebral 3. Cada uno de ellos, consta de tres secciones que permitirán a los alumnos monitorizar su pensamiento, reflexionar sobre los aprendizajes realizados y evaluar cómo están entrenando su mente para convertirse en mejores pensadores. Estas secciones son:

- **Actividades de metacognición previa.** Ejercicio reflexivo para activar el pensamiento de los alumnos y extraer ideas iniciales antes de trabajar procesos mentales específicos.
- **Tu entrenamiento semanal.** Valoración de las actividades prácticas llevadas a cabo en el *Entrenamiento semanal* propuesto en las unidades del Cuaderno del alumno.
- **Metacognición sobre los aprendizajes.** Reflexión sobre lo que han aprendido en relación con los rasgos del pensamiento trabajados en las unidades.



A continuación, se detalla una de las unidades del **nivel benjamín (8-10 años)**, que ejemplifica el proyecto Aprender a pensar SETVEINTIUNO:

«¿Cómo dos gotas de agua?»

Este proyecto trabaja para que el alumno entienda el papel que desempeña una observación rigurosa y exhaustiva en su vida cotidiana. A través de las actividades, los alumnos apreciarán la importancia de la observación en distintas profesiones.

Así mismo, realizarán observaciones cuidadosas de imágenes, contextos y personas, destacando sus características, extrayendo la información más relevante y clasificándola en categorías.

SET
VEINTI
UNO

APRENDER A PENSAR

Carmen Pellicer Iborra



Este cuaderno pertenece a:

.....

Edad: 12-14 años
Nivel cadete

4

¿Controlas lo que piensas?



- 1 Observa detenidamente esta escena y describe lo que está sintiendo cada uno de los personajes.

- 2 Piensa en qué sentirías si estuvieras en esa situación y explica cómo actuarías si fueras ellos.

- 3 Escribe un antónimo para cada una de estas características.

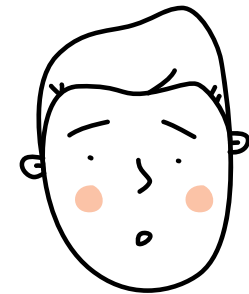
Tranquilo	Negativo	Amable
Feliz	Impactante	Amigable

- 4 Ahora describe algunos aspectos de tu personalidad usando adjetivos como los anteriores.

- 5 ¿Crees que esas características aparecen con la misma intensidad en todas las personas?



¿Por qué discuten
estos personajes?,
¿quién tiene razón?,
¿por qué?





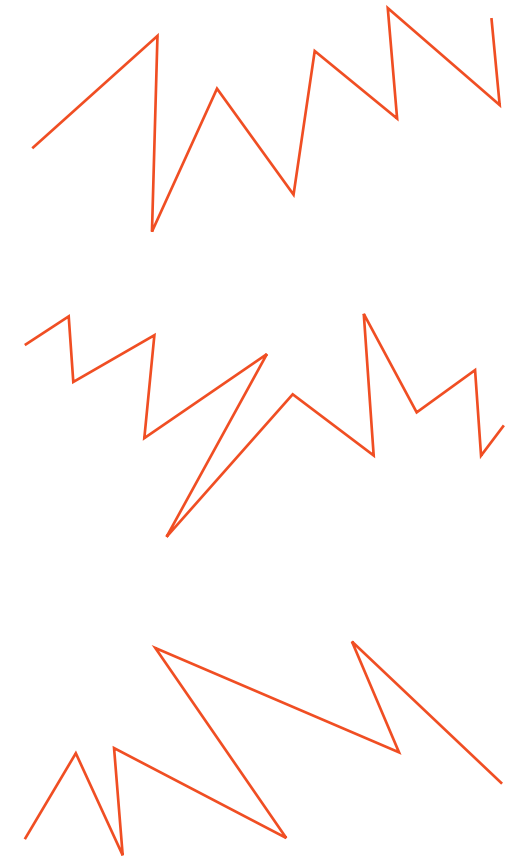
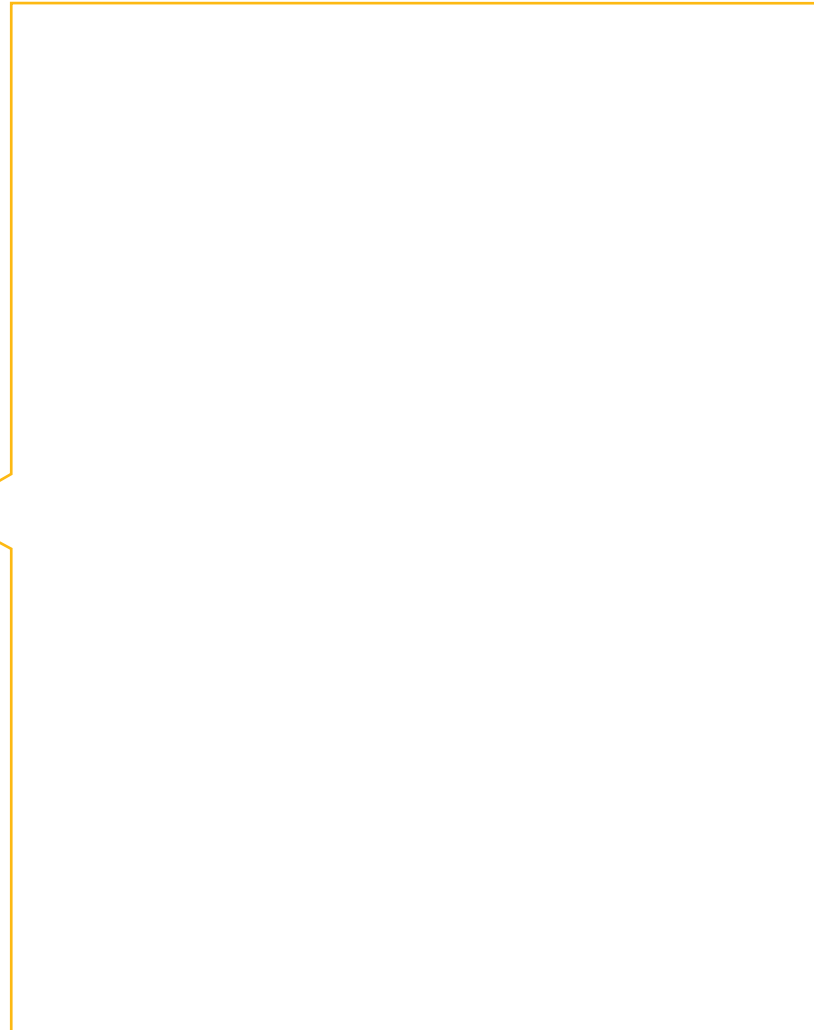
Seguro que alguna vez te has encontrado en una situación en la que alguien (o tú mismo) no ha sido capaz de controlar su impulsividad y ha terminado gritando a un amigo. Para que en esos momentos sepas controlar las emociones negativas, te proponemos que entrenes una técnica sencilla y muy efectiva.



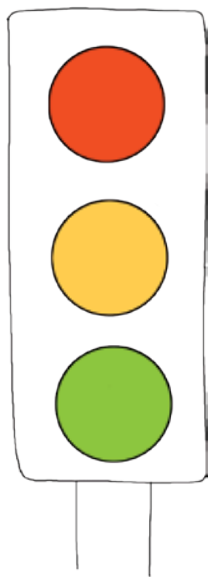
Thinking Tool

El semáforo

- 1 Recuerda o imagina una situación en la que no pudiste controlarte o alguien no supo hacerlo.



- 2 Completa este semáforo siguiendo este código: rojo, «para»; amarillo, «piensa»; verde, «actúa».



Para

¿Qué emoción no pudiste
o no puedes controlar?

Piensa

¿Cuál es el problema?, ¿por
qué ha ocurrido?, ¿qué estás
sintiendo?

Actúa

¿Cuáles son las posibles
soluciones para ese problema?,
¿cuál sería la mejor?

- 3 Comparte tu semáforo con el resto de compañeros y escucha sus razonamientos para ver si coinciden con los tuyos.
- 4 Escribe alguna solución que te haya gustado especialmente y explica por qué la has elegido.



¿Qué es la impulsividad? ¿Cómo podemos controlarla con el pensamiento?

La impulsividad es una manera de reaccionar sin tener control sobre uno mismo. Se trata de un mecanismo de respuesta inmediata (verbal o corporal) que ocurre cuando no nos paramos a reflexionar previamente. En la mayoría de las ocasiones, esta falta de control mental ocasiona serios problemas.

Una persona impulsiva suele interrumpir las conversaciones; molesta a los demás cuando están trabajando; contesta rápidamente, sin haber pensado antes las respuestas; se enfada cuando las cosas no le son favorables y no le resulta fácil relacionarse con los demás...



Sin duda, estas no son las mejores condiciones para afrontar nuestro trabajo diario. Por eso, a las personas que no controlan su impulsividad les cuesta mucho aprender y deben adquirir técnicas para evitar esos impulsos o disminuirlos.

Algunas de estas técnicas intervienen directamente en el cerebro, en el pensamiento: identificar qué sienten antes de perder el control, aprender a darse instrucciones a sí mismos para calmarse, pensar cuáles serían las consecuencias de precipitarse... Otras están más relacionadas con el cuerpo, como respirar profundamente y practicar técnicas de relajación.

1 ¿Conoces a alguien a quien le cueste trabajo controlar su impulsividad? ¿Por qué lo sabes?

2 Describe cómo crees que actuaría una persona impulsiva en estas situaciones.

Jugando en el recreo...

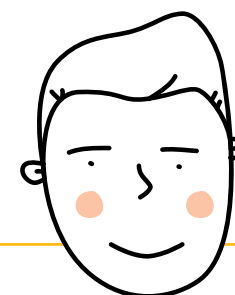
Durante una clase...

En casa con su familia...

3 ¿Has actuado alguna vez de forma impulsiva? ¿Qué sentiste después de haber actuado así?



4 Todos tenemos una voccecita interior que nos dice lo que tenemos que hacer en cada momento... ¿Qué instrucciones sueles darte para controlar tu impulsividad?





Una lista para no hacerse el listo

Trabajando en grupos cooperativos, vais a diseñar y a elaborar unos carteles para vuestra clase con las normas de convivencia que acordéis.

- 1 En un papel, haced una lluvia de ideas sobre las posibles normas o actitudes que sirvan para favorecer un buen clima de trabajo y para mejorar la relación entre compañeros.

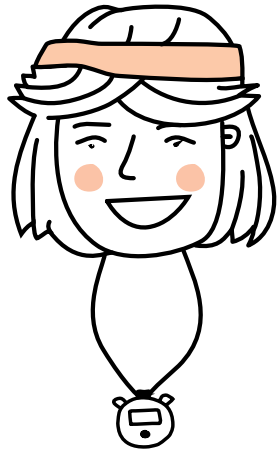


- 2 Seleccionad las siete ideas más interesantes de vuestro grupo.
- 3 Exponed vuestras ideas al resto de los grupos mientras el profesor va anotando en la pizarra el enunciado y las veces que ha aparecido. Si una idea es similar, podéis reescribirla para enriquecerla con más detalles.
- 4 A continuación, debatid si las ideas que más se han repetido son realmente las más idóneas para vuestro objetivo.
- 5 Finalmente, cada grupo escribirá una o dos ideas en un papel continuo y elaborará un símbolo o dibujo que las represente, de modo que se puedan colocar en el aula o en otras dependencias del colegio.

¿De qué manera piensas que este trabajo puede contribuir al control de la impulsividad?



Entrenamiento semanal



Identificando la impulsividad

Durante esta semana, observa situaciones en las que puedas haber perdido el control y hayas actuado de forma impulsiva. Describe qué provocó esa actitud y anota en tu bloc qué podrías haberte dicho o qué podrías haber hecho para evitarlo.

He observado...



Pienso que lo que provocó esta actitud fue...



Ante esta situación podría haber hecho...

¿Cómo crees que podrías ayudar a un compañero que no controla su impulsividad? Anota también los consejos que le hayas dado a alguien para que aprenda a controlarse.

Persona

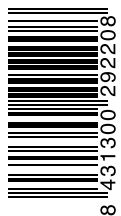


¿Qué le dije?



Recopilarás tus reflexiones en tu conectoma cerebral.





8 431300 292208

SET VEINTI UNO

setveintiuno.com