



GUÍA DE TRABAJO N° 1: ENTRENANDO EL "DIRECTOR DE ORQUESTA" DEL CEREBRO

Estimados apoderados de quinto básico:

¡Bienvenidos a un nuevo y emocionante ciclo! A partir de quinto básico, sus hijos (que ya tienen entre 10 y 11 años) se enfrentan a un nivel académico mucho más exigente. En esta etapa de la preadolescencia, sus cerebros están experimentando una maduración fascinante. A esta edad, los niños comienzan a ser capaces de concentrarse por más tiempo en sus tareas escolares y utilizan mejores habilidades para resolver problemas.

Para que logren el éxito escolar, necesitan ejercitar a fondo lo que la neurociencia llama "funciones ejecutivas". El sistema de circuitos para estas funciones —que incluye la atención concentrada, el control de los impulsos y las habilidades de planificación superior— se perfecciona intensamente durante esta etapa. Las funciones ejecutivas son como el "director de orquesta" del cerebro: residen en el lóbulo frontal y son las encargadas de ayudar al niño a organizarse, fijarse metas, priorizar y no rendirse ante la frustración.

En quinto básico, los desafíos son grandes: deben comprender sistemas complejos como el cuerpo humano o los circuitos eléctricos, analizar la época de la Colonia en Chile, operar con fracciones y números decimales, y planificar la escritura de artículos informativos. Para apoyar el desarrollo de estas habilidades cognitivas superiores desde el hogar, les proponemos **dos actividades** que conectan los grandes temas de este año con su vida cotidiana:

Actividad 1: El auditor de la energía y el agua en casa (*Esta actividad apoya implícitamente el cálculo matemático con números grandes y decimales, además de la comprensión de la energía eléctrica, los recursos hídricos y el cuidado del medioambiente*).

Objetivo: Ejercitar la planificación, el razonamiento lógico y la toma de decisiones basada en datos.

Para qué es bueno este ejercicio: Dar a los niños la responsabilidad de liderar un proyecto en casa estimula directamente sus lóbulos frontales. La neurociencia nos dice que las funciones ejecutivas se desarrollan mejor cuando apoyamos al niño para que piense qué quiere hacer, fije un objetivo y organice pequeñas tareas para alcanzarlo. Además, al relacionar conceptos matemáticos y científicos abstractos con el entorno real de su hogar, el cerebro vincula la información nueva con conocimientos previos, construyendo una red de memoria mucho más fuerte y duradera.

Cómo hacerlo:

1. Muestren a su hijo una boleta de luz o de agua de la casa (mostrando las cifras de consumo o el valor total a pagar).
2. Nómbralo el "Auditor Oficial de Recursos" de la familia. Su misión será diseñar un plan estratégico para reducir el consumo durante una semana.
3. Pídanle que recorra la casa identificando "fugas" de energía o agua (luces encendidas sin uso, llaves goteando, electrodomésticos enchufados, etc.).



4. El niño debe registrar los datos y proponer tres reglas familiares de ahorro (ejemplo: duchas de solo 5 minutos). Al final de la semana, hagan un cálculo hipotético de cuánto podrían ahorrar al mes realizando sumas, restas o multiplicaciones.

Actividad 2: Reporteros de nuestra propia historia (*Esta actividad apoya el proceso de escritura de textos informativos, el desarrollo del vocabulario y la comprensión de la historia y las costumbres del pasado*).

Objetivo: Desarrollar la memoria de trabajo, la organización de ideas y el vínculo afectivo a través de la comunicación.

Para qué es bueno este ejercicio: La emoción fomenta la atención, y la atención fomenta la memoria. Cuando los niños aprenden sobre el pasado a través de las historias de sus seres queridos, la información adquiere un profundo significado emocional. Además, escribir no es solo mover un lápiz; requiere planificar, revisar y corregir. Al animar a su hijo a seguir los pasos de elaboración de un texto (planificar, redactar y editar), le están dando un "andamiaje" excelente para que practique su pensamiento organizado y su capacidad de concentración.

Cómo hacerlo:

1. Inviten a su hijo a jugar al periodismo. Su tarea será investigar cómo era la vida cotidiana en el pasado (cómo se entretenían, qué comían o cómo era la tecnología) entrevistando a un abuelo, tío o a ustedes mismos.
2. Antes de la entrevista, pídanle que planifique y anote al menos tres preguntas clave.
3. Tras realizar la entrevista, su hijo deberá escribir un breve "Artículo Informativo" para el diario familiar.
4. Acompañenlo en el proceso de revisión: lean juntos el borrador en voz alta y ayúdenlo a detectar si faltan puntos, comas o si se puede mejorar una palabra. Felicítenlo por el esfuerzo de corregir, ya que el ensayo y error fortalece enormemente el aprendizaje.

Acompañar a sus hijos preadolescentes dándoles pequeñas responsabilidades y desafiando su intelecto con cariño, los ayudará a sentirse seguros, capaces y listos para triunfar en este nuevo ciclo escolar.

¡HASTA LA PRÓXIMA!