



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LENINGRADO

Resol. No.2285 de mayo 02 de 2011 Jornada Diurna

Resol. No. 3212 de Julio 01 de 2011 Jornada Nocturna

NIT 816.002.832-0 DANE 166001002886



TALLER JULIO

NOMBRE DEL TALLER: Conmigo mismo "Autoeficacia"

- **ÁREA:** ERES
- **DOCENTE:** Laura María Grisales
- **GRUPO:** Caminar 2
- **FECHA:** Julio de 2024

FASE DE PLANEACIÓN O PREPARACIÓN

COMPETENCIA: Reconocer las distintas etapas de la vida y los cambios que se tiene en cada una de ellas.

EVIDENCIA DE APRENDIZAJE: Identificar y entender cuáles son los cambios que vive durante la adolescencia

FASE DE EJECUCIÓN O DESARROLLO

Autoeficacia – Mi inteligencia puede crecer

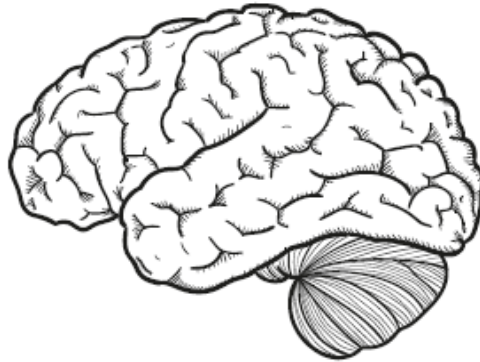
TEORÍA:

Tú puedes hacer crecer tu inteligencia

Nuevas investigaciones muestran que el cerebro puede ser desarrollado igual que un músculo. Muchas personas piensan que el cerebro es un misterio, no saben mucho sobre la inteligencia y cómo esta trabaja. Cuando piensan sobre qué es la inteligencia, creen que una persona nace, ya sea, o muy inteligente, o igual de inteligente a la mayoría, o tonto, y que se mantiene de esa manera toda su vida.

Pero nuevas investigaciones muestran que el cerebro es más como un músculo, este cambia y se hace más fuerte cuando tú lo usas. Los científicos han sido hábiles en mostrar cómo el cerebro crece y se hace más fuerte cuando tú aprendes.

Todos sabemos que cuando alzas pesas tus músculos crecen y te haces más fuerte. Por ejemplo, si una persona comienza a ejercitarse solo puede alzar 5 kilos de peso; pero si sigue haciendo ejercicio de manera constante y por un largo periodo de tiempo, puede llegar a ser lo suficientemente fuerte como para alzar 20 kilos de peso. Esto sucede porque los músculos crecen y se hacen más fuertes con el ejercicio. Si dejas de hacer ejercicio los músculos se encogen y estás más débil; por esto se dice comúnmente: "Úsalo o piérdelo".



Así mismo, muchas personas no saben que cuando practican y aprenden nuevas cosas, partes de su cerebro cambian y crecen igual que los músculos cuando se ejercitan.

1.

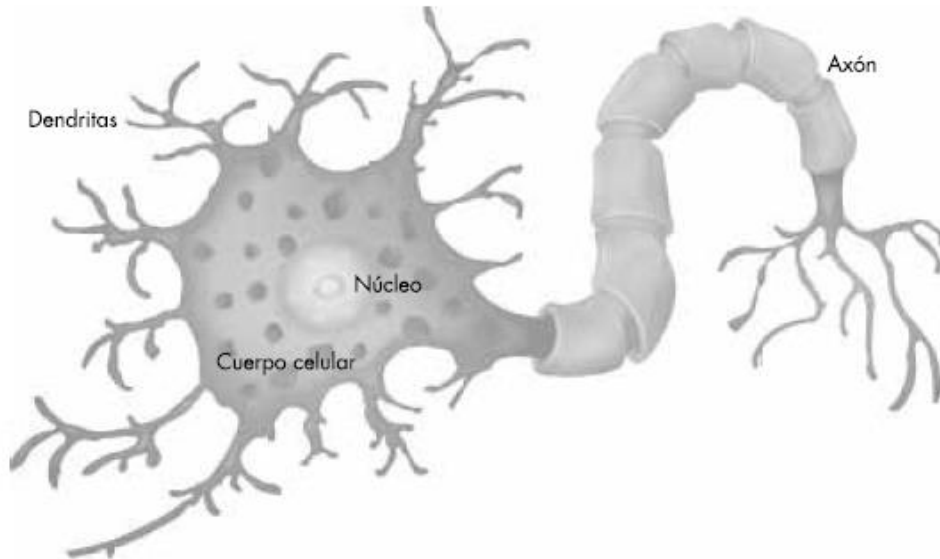
Una red de células nerviosas en el cerebro



Al interior del cortex del cerebro hay millones de diminutas células nerviosas llamadas neuronas. Las células nerviosas tienen ramas que conectan con otras células en una complicada red. La comunicación entre esas células cerebrales es la que nos permite pensar y resolver problemas.

2.

Una típica célula nerviosa



Cuando tú aprendes nuevas cosas, esas diminutas conexiones en el cerebro se multiplican y se hacen más fuertes. Cuanto más desafías tu mente para aprender, más crecen tus células nerviosas. Entonces las cosas que una vez encontraste imposibles o difíciles de hacer, como aprender otro idioma o resolver problemas matemáticos, se convertirán en posibles de lograr. El resultado es un cerebro más inteligente y más fuerte.

EJEMPLOS:

FASE DE EVALUACIÓN

ACTIVIDAD A EVALUAR:

Tú puedes hacer crecer tu inteligencia

- 1) Identifica cada sección, están numeradas de la 1 a la 6. Luego lee cada sección.
- 2) Dibuja una imagen que represente las ideas principales de cada sección del artículo.
- 3) Completa las frases para explicar cómo tu imagen representa la idea.



INSTITUCIÓN EDUCATIVA LENINGRADO

Resol. No.2285 de mayo 02 de 2011 Jornada Diurna

Resol. No. 3212 de Julio 01 de 2011 Jornada Nocturna

NIT 816.002.832-0 DANE 166001002886



1.	Esta imagen de un _____ representa la idea principal porque
2.	Mi imagen representa las ramas (dendritas) creciendo entre las células cerebrales porque
3.	Mi imagen representa la diferencia entre animales que tienen juguetes y están con otros animales y los que no porque
4.	Mi imagen representa las ramas (dendritas) creciendo entre las células cerebrales porque
5.	La manera en que los bebés aprenden a hablar está representada en mi imagen porque
6.	Todos tenemos cerebros que pueden ser ejercitados y yo muestro esto