

OBJETIVO DE LA UNIDAD

Entregar herramientas para el autoconocimiento y desarrollo personal del estudiante, en función de su futura empleabilidad.

OBJETIVO DE LA CLASE

Evidenciar las funciones del cerebro y cómo este a veces nos engaña dificultando el cumplimiento de metas.

CONTENIDOS

- El cerebro y la construcción de realidad.
- Cómo reconocer las “trampas” que nos pone nuestro cerebro.

**APERTURA**

5 min

Nuestro cerebro está en medio de lo que pensamos y de lo que efectivamente es la realidad. Funciona como un “procesador” de datos, emociones, percepciones y sensaciones. Con la información que nos llega construimos lo que nosotros creemos que es “real”.

Sin embargo, a veces la interpretación de esos datos puede estar errada y creamos realidades falsas. Por eso, tenemos que dominar nuestro cerebro. Hoy conocerás algunos de estos engaños que te haces a ti mismo –sin darte cuenta– y que debes evitar para que no entorpezcan tu camino al éxito.

**VIDEO • ¿CUÁNTOS PASES DA EL EQUIPO BLANCO?**

15 min

Este video introductorio instala de inmediato el tema. En él se aprecia un engaño a nuestro cerebro que pasa desapercibido para la mayoría de quienes lo ven. Una vez finalizado, invita a los estudiantes a que compartan sus opiniones con el curso.

**REVISIÓN DE CONTENIDO**

15 min

Revisa junto a los alumnos los contenidos del libro, en ellos se muestran distintos juegos mentales para graficar que algunos de nuestros deseos y objetivos los bloqueamos por interpretación errónea de los datos.

**VIDEO • CEREBRO DIVIDIDO**

15 min

Corto animado, que proviene de la animación “Intensamente” y que muestra las decisiones del cerebro según los estímulos.

**JUEGO • EL ILUSIONISTA**

30 min

Juego que da a los alumnos la responsabilidad de crear sus propios juegos mentales, actos de magia, ilusionismo, etc., con el objetivo de que comprendan la importancia de entrenar el cerebro.

**CIERRE**

10 min

Te proponemos formular dos preguntas para estimular la reflexión de los jóvenes:

¿Qué aprendieron hoy? ¿Cómo pueden aplicar lo aprendido a la vida?

Para finalizar la clase, te sugerimos entregar un mensaje de cierre que integre los conceptos vistos y que contribuya a su comprensión.

SUGERENCIAS DE IMPLEMENTACIÓN:

Tras la realización de cada actividad, te invitamos a que generes una reflexión colectiva para que los alumnos interioricen la materia. Puedes hacer preguntas a todo el curso o instarlos a que conversen sobre el tema tratado en parejas o grupos.

No olvides que dispones del libro para sustentar los contenidos de la clase. Puedes revisar junto a los estudiantes las páginas correspondientes en el momento que consideres adecuado, o bien explicarles con tus palabras o a través de experiencias personales, el asunto en cuestión.

► ¿Qué ajustes necesité realizar durante la clase en función del tiempo?

► Registra sugerencias o modificaciones para una futura implementación.

Curso

Curso

Curso

Encierra en un círculo la cara que mejor represente la participación de los alumnos:

Encierra en un círculo la cara que mejor represente la participación de los alumnos:

Encierra en un círculo la cara que mejor represente la participación de los alumnos:

