MI ENTRENAMIENTO

Mi pasaporte de progreso

Nombre: _____

Versión: ☐ Sumas ☐ Restas ☐ Multiplicaciones ☐ Divisiones ☐ Mezcla

Cada sesión terminada y revisada suma un paso. Anota tus aciertos y marca un círculo. Tu referencia es tu propio progreso.

○ 1 — ○ 2 — ○ 3 — ○ 4 — ○ 5 — ○ 6 — ○ 7 — ○ 8 — ○ 9 — ○ 10 — ○ 11 — ○ 12

Sesión	Fecha	Reto	Aciertos / 60	Mi mejor marca en ese reto / 60	Operación que voy a practicar
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					

MIS HITOS DE CONSTANCIA

○ **3 sesiones**
Primer paso

○ **6 sesiones**
Constancia

○ **12 sesiones**
Buen hábito

Marca cada hito cuando completes esas sesiones. Puedes repetir una serie para comprobar tu avance.

PARA EL DOCENTE

Una rutina breve y clara

5 VERSIONES · 50 RETOS POR VERSIÓN · 2 MINUTOS

1. Elegir la versión y el nivel

Elige sumas, restas, multiplicaciones, divisiones o mezcla. Cada versión tiene cinco niveles, con diez retos de 60 operaciones en cada uno. Marca la versión en el pasaporte.

2. Proponer un objetivo

Se anota la mejor marca anterior de esa misma serie y versión, y un objetivo alcanzable. En el primer intento se marca «1.ª vez» para obtener una referencia inicial.

3. Resolver durante dos minutos

El docente da la señal de inicio y de final. Se calcula mentalmente y se escribe el resultado, recorriendo cada columna de arriba abajo. Se pueden saltar operaciones.

4. Corregir y registrar

Respondidas: las que tienen respuesta al parar. Aciertos: respuestas correctas dentro del tiempo. Para revisar: respondidas menos aciertos. Las operaciones en blanco no son errores.

5. Cerrar el entrenamiento

Se comprueban las respuestas con el solucionario y se registra el resultado. Se completa una fila y un círculo del pasaporte. Los hitos se ganan por constancia.

6. Repetir y avanzar

Compara marcas de la misma serie y versión en condiciones iguales. Repite para afianzar el cálculo antes de pasar al siguiente nivel. La última página explica la progresión de las cinco versiones.

SOBRE ESTA EDICIÓN

Las cinco versiones progresan desde los cálculos básicos hasta operaciones con mayor exigencia numérica. La mezcla incluye 15 cálculos de cada tipo por reto y utiliza los contenidos del nivel correspondiente. Todas las restas tienen resultado no negativo y todas las divisiones son exactas.

Referencia metodológica: Lluís Segarra, El Quinzet, versión 2006. La dinámica utiliza series de 60 operaciones en dos minutos. Los objetivos personales y los hitos de constancia son una adaptación propia de aula.

PROGRESIÓN DEL MATERIAL

De fácil a más difícil

Cada nivel contiene diez retos. La versión mezcla combina las cuatro operaciones del mismo nivel. Se puede repetir una hoja antes de avanzar.

Nivel	Retos	Sumas	Restas	Multiplicaciones	Divisiones
1	1 al 10	Sumas con resultado hasta 10.	Restas con números hasta 10.	Tablas del 1, 2, 5 y 10.	Divisores 1, 2, 5 y 10. Cocientes hasta 10.
2	11 al 20	Sumas con resultado entre 11 y 20.	Restas con números entre 11 y 20.	Tablas del 3 y del 4.	Divisores 3 y 4. Cocientes hasta 10.
3	21 al 30	Dos cifras en ambos números, sin cruzar decena en las unidades.	Dos cifras en ambos números, sin desagrupar una decena.	Tablas del 6 y del 7.	Divisores 6 y 7. Cocientes hasta 10.
4	31 al 40	Dos cifras más una cifra, cruzando una decena.	Dos cifras menos una cifra, cruzando una decena.	Tablas del 8 y del 9.	Divisores 8 y 9. Cocientes hasta 10.
5	41 al 50	Dos cifras en ambos números, cruzando una decena. Resultado hasta 100.	Dos cifras en ambos números, desagrupando una decena.	Ampliación: tablas del 11 y del 12.	Ampliación: divisores 11 y 12. Cocientes del 3 al 12.

La repetición de algunos cálculos en los niveles iniciales es intencional: permite practicar los hechos numéricos básicos. Los retos de cada nivel ofrecen distintas distribuciones de las operaciones.