

## Cómo potenciar habilidades de cálculo mental en estudiantes de bachillerato

Por Ibeth Becerra

El siglo XXI ha traído múltiples oportunidades tecnológicas, pero también nuevos retos a nivel social e individual. La sociedad se ve impulsada a evolucionar constantemente para responder al crecimiento exponencial del conocimiento. Sin embargo, este avance también ha impactado el desarrollo del pensamiento matemático, ya que muchas herramientas digitales “resuelven todo por nosotros”.

En este contexto, promover estrategias de cálculo mental en adolescentes se convierte en una tarea desafiante, pero fundamental. Es necesario fortalecer en ellos la confianza, la autonomía y la agilidad para afrontar situaciones cotidianas. Lejos de perder relevancia, el cálculo mental se consolida como una herramienta cognitiva esencial que favorece la memoria de trabajo, la estimación y la rapidez mental.

Durante la adolescencia, se desarrollan habilidades clave como la lógica, la abstracción y la toma de decisiones, lo que convierte esta etapa en un momento ideal para potenciar el pensamiento matemático.

Una de las estrategias más efectivas es la descomposición de números según su valor posicional, lo que facilita la resolución de operaciones complejas. Por ejemplo, para sumar  $53 + 68$ , se puede pensar en:

$$\begin{array}{l} 50 + 60 = 110 \\ 3 + 8 = 11 \\ 110 + 11 = \\ 121 \end{array}$$

Otra alternativa consiste en descomponer uno de los sumandos:

$$\begin{array}{l} 68 + 3 = 71 \\ 71 + 50 = \\ 121 \end{array}$$

Asimismo, el uso de números ajustados a la decena permite simplificar cálculos. Por ejemplo,  $399 + 58$  puede resolverse como

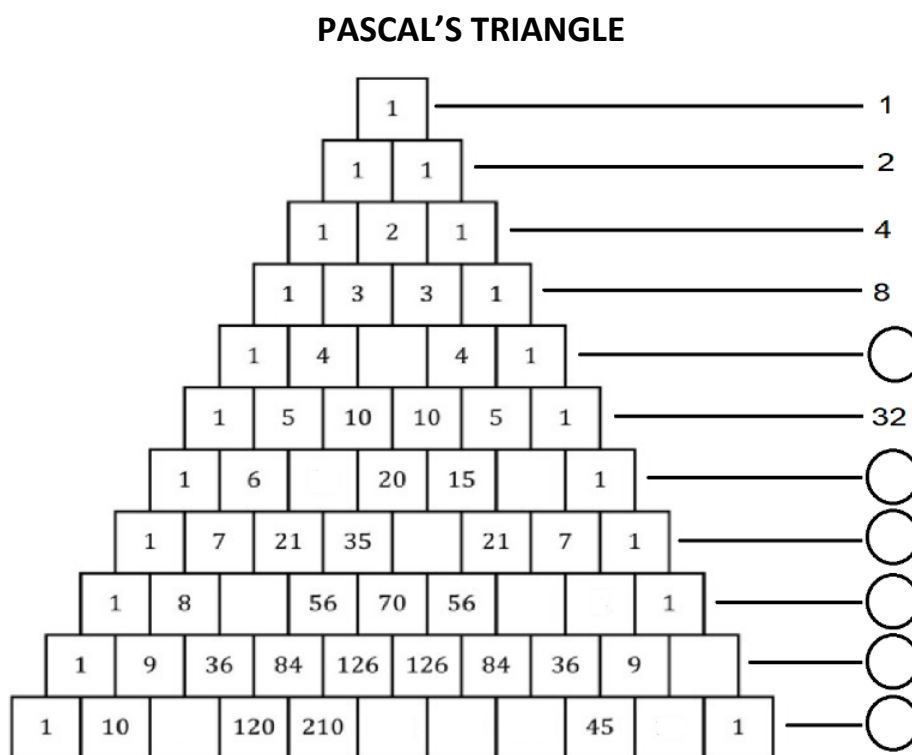
$$\begin{array}{l} 400 + 58 = \\ 458 \\ 150 \quad 1 \quad - \end{array}$$

La estimación y el redondeo también son herramientas clave, ya que ayudan a desarrollar un pensamiento crítico sobre los resultados. Antes de obtener una respuesta exacta, los estudiantes pueden aproximar el resultado para verificar su coherencia.

Finalmente, es fundamental vincular el cálculo mental con situaciones de la vida cotidiana, como compras, descuentos, tiempos o distancias. Cuando el aprendizaje se conecta con la realidad, se vuelve más significativo y duradero.

### ¡Hora de practicar!

Ahora, materialicemos todo lo anterior en el desarrollo de esta actividad que además de poner en práctica diferentes estrategias, motiva a nuestros estudiantes summerhillistas a usar el inglés como herramienta de comunicación



- Complete the missing numbers
- How did you find the missing numbers?
- Identify the sequences and color them
- Explain one of your sequences, what is the pattern?
- Share your ideas with your partners



Promover espacios en los que los estudiantes se sientan motivados a realizar cálculos mentales de forma ágil contribuye al desarrollo de habilidades cognitivas esenciales para la vida diaria, formando así individuos más seguros y competentes.