

1.1

¿Qué voy a hacer en este curso?

Introducción

El objetivo del curso es que los estudiantes desarrollen la habilidad para mantener la motivación, el interés y el esfuerzo sostenido a través del tiempo para alcanzar metas a largo plazo a pesar de la adversidad y los retos que puedan presentarse. Esto significa perseverar. En esta primera variación veremos algunos de dichos puntos, los cuales se estudiarán en detalle a lo largo de todo el curso.

¿Cuál es el objetivo de la lección?

Que los estudiantes identifiquen los elementos del curso que les ayudarán a mantener la motivación, el interés y el esfuerzo a lo largo del tiempo para alcanzar metas de largo plazo, a pesar de la adversidad y los retos que se puedan presentar.

¿Por qué es importante?

Porque les permitirá conocer qué es la perseverancia y lo importante que es para el logro de sus metas.

Concepto clave

Perseverancia.

Genérica
1.1
¿Qué voy a hacer en este curso?

*"Un pequeño gusano roe el corazón de un cedro y lo puede derribar".
Diego de Saavedra.*

Día 1: ¡Feliz en mi clase de guitarra! La música es mi pasión.
Día 2: ¡Espectacular!
Día 3: Llegué un poco tarde, pero la disfruté mucho.
Día 4: Falté. Cumpleaños de Bety.
Día 5: Está muy difícil. El resto del grupo ya me rebasó.
Día 6: Empiezo el año que viene. Se me complicó con lo de la escuela.
¡Que no te pase lo mismo! Mejor aprende a perseverar. En esta lección veremos de qué se trata nuestro curso.
El reto es identificar los elementos del curso que te ayudarán a mantener la motivación, el interés y el esfuerzo a lo largo del tiempo para alcanzar metas de largo plazo, a pesar de la adversidad y los retos que se puedan presentar.

Actividad 1.

a. Trabaja de manera individual. Lee las siguientes frases y subraya la que te resulte más significativa:

"Lo que separa a los exitosos de los no exitosos es la perseverancia." **Steve Jobs.**

"Incluso si supiera que mañana el mundo se haría añicos, aún plantaría mi manzano." **Martin Luther King.**

"No importa lo lento que vayas mientras no pares." **Confucio.**

"El continuo esfuerzo, no la fortaleza o inteligencia, es la clave para desbloquear nuestro potencial." **Winston S. Churchill.**

www.sems.gob.mx/construyet

Perseverancia | 1

Orientaciones didácticas

Duración total: 20 minutos.

- Los tiempos asignados a cada actividad son sugeridos.

2 min. Grupal

Introducción para los estudiantes

- Lea o invite a alguno de los estudiantes a que lea la introducción, la cita y "El reto es".
- Recapitule el texto de los apartados y promueva su reflexión.

6 min. Individual / Equipo

Actividad 1:

Los estudiantes trabajan primero de manera individual, eligiendo la frase que les resulte más significativa de la lista.

- Todas las frases se refieren a diferentes aspectos relacionados con la perseverancia.
- Luego, pida que comenten en equipos pequeños (3 o 4 personas) la frase elegida.

8 min. Equipo

Actividad 2:

El objetivo de esta actividad es que sus estudiantes construyan una definición de perseverancia.

- Para ello, primero pida que anoten ideas con base en su reflexión de la actividad anterior y de la discusión grupal (*inciso a*).
- Después, que pulan sus ideas leyendo la definición del concepto clave (*inciso b*).
- Para cerrar esta actividad, puede comentar que para perseverar es indispensable tener una meta. Esto lo harán en las siguientes lecciones. También verán, posteriormente, diferentes estrategias para desarrollar la habilidad de perseverar como, por ejemplo, mantener el interés en la meta, superar los fracasos, etcétera.

Lección 1. ¿Qué voy a hacer en este curso?

¿Qué voy a hacer en este curso?



“El genio se compone del 2% de talento y del 98% de perseverancia.” **Beethoven.**



“Me doy cuenta que cuando más duro trabajo, más suerte tengo.” **Thomas Jefferson.**



“Nunca olvides que sólo los peces muertos nadan con la corriente.” **Anónimo.**

- b. En equipos de tres, compartan qué frase eligieron y por qué.

Actividad 2.

Continúa trabajando con tu equipo.

- a. Comenten lo que significa **perseverancia** para ustedes.

- b. Lean la definición de perseverancia y complementen lo que discutieron en el inciso anterior.



Lección 1. ¿Qué voy a hacer en este curso? ¿Qué voy a hacer en este curso?

Reafirmo y ordeno

Perseverar es fundamental para lograr nuestras metas en la vida. No existe ninguna persona que haya logrado el éxito sin esforzarse, sin haber superado obstáculos o cometido errores más de una vez. Es decir, sin perseverar. Si bien es cierto que algunas personas tienen naturalmente una habilidad de **perseverar** más desarrollada que otras, es igualmente cierto que esta habilidad se puede desarrollar. Saber cómo hacerlo es el objetivo de este curso.

Para tu vida diaria

Pregunta a personas de tu entorno, a las que consideres exitosas, ¿cómo lo han logrado?

¿Quieres saber más?

De acuerdo a Claudia Plasencia, "Elaborar proyectos es fácil, iniciarlos también. Lo difícil es mantenerlos, soportar el esfuerzo". Te invitamos a leer su artículo para que sepas un poco más sobre lo que veremos en el curso de Perseverancia: <https://web.asdeporte.com/perseverar-nuestras-metas/>

Concepto clave

Perseverancia: La perseverancia o persistencia es lo que nos permite esforzarnos para alcanzar nuestras metas, a pesar de los inconvenientes. Cualidad del ánimo para "mantenerse constante en la prosecución de lo comenzado, en una actitud o en una opinión".¹

Escribe en un minuto qué te llevas de la lección

1. Diccionario de la lengua española, 22a ed. (2001). Real Academia Española. Recuperado de <http://dle.rae.es/?id=5jCGuM3>

www.sems.gob.mx/construyet

Perseverancia | 3

2 min. Grupal

Reafirmo y ordeno

- Pida a un estudiante que lea en voz alta el texto, y al resto del grupo que siga la lectura en silencio.
- Si le es posible, puede comentar una conclusión breve o solicitar a dos estudiantes que mencionen sus aprendizajes.

1 min. Individual

Escribe en un minuto qué te llevas de esta lección

Pida a los estudiantes que escriban en su cuaderno, o donde estén realizando las actividades, los aprendizajes más significativos de la variación.

1 min. Grupal

Para tu vida diaria, ¿Quieres saber más?, Concepto Clave

Invite a sus estudiantes a poner en práctica las actividades que se sugieren y a consultar la información adicional que aparece en estas secciones.

Aplicaciones para el aula y su vida diaria

Le recomendamos que, de acuerdo a lo mencionado en la lección, identifique los elementos de perseverancia que ha puesto en práctica para lograr alguna meta significativa y de ser posible la comparta con el grupo.

En caso de crisis emocional:

Si los temas o actividades de las variaciones provocan en los estudiantes emociones desagradables, reacciones de llanto, alzar el tono de voz o deseos de no continuar con las actividades, le sugerimos detenerse un momento. Puede brindarle las opciones de continuar con la actividad o salir del salón a tomar aire fresco y realizar respiraciones profundas, atendiendo a las sensaciones del cuerpo, con el fin de que pueda mantener la calma. Si detecta que se trata de un caso difícil que usted no puede manejar, es deseable que lo canalice a las autoridades escolares competentes, orientador o psicólogo escolar.

Equidad e inclusión educativa:

Se recomienda incluir por igual a todos los estudiantes en las actividades de las variaciones, poniendo énfasis en aquellos con discapacidad, alumnos en situación de calle, con aptitudes sobresalientes, con enfermedades crónicas, entre otras condiciones. Si tiene dudas puede consultar el documento *Equidad e inclusión (Modelo educativo)*. México: SEP, 2017) en <http://www.sems.gob.mx/work/models/sems/Resource/12302/1/images/equidad-e-inclusion.pdf>

Evaluación

De acuerdo con las siguientes afirmaciones, seleccione la opción que refleje su opinión.

| Rubro | Totalmente en desacuerdo | En desacuerdo | Neutral | De acuerdo | Totalmente de acuerdo |
|---|--------------------------|---------------|---------|------------|-----------------------|
| Al menos el 50% de los estudiantes exploraron qué significa perseverar. | | | | | |
| Los estudiantes mostraron interés y se involucraron en las actividades. | | | | | |
| Se logró un ambiente de confianza en el grupo. | | | | | |
| ¿Qué funcionó bien y qué efectos positivos se observaron al realizar las actividades? | | | | | |
| | | | | | |
| Dificultades o áreas de oportunidad. | | | | | |
| | | | | | |
| Observaciones o comentarios. | | | | | |
| | | | | | |