

1.5

Ventajas y desventajas de perseverar

Introducción

Los estudiantes suelen plantearse metas a largo plazo e imaginar acerca del proceso para alcanzarlas. Cuando se percatan de que no todo es como esperaban, pueden sentirse desalentados y abandonar sus planes. O bien, pueden ser perseverantes en situaciones que ponen en riesgo su bienestar e incluso confundir la obstinación con la perseverancia. Ejercitar la reflexión para prever ventajas y desventajas de ser perseverantes en lo que emprendan, les ayudará a construir una idea más realista de lo que pueden esperar. En el contexto escolar, es importante reconocer las dificultades y las ventajas de ser constantes y comprometerse con sus proyectos.

¿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 reflexionarán sobre la importancia de reconocer que perseverar puede tener ventajas y desventajas.

Concepto clave

Obstinación

Orientaciones didácticas

Duración total: 20 minutos.

- Los tiempos asignados a cada actividad son sugeridos.

2 min. Individual

Introducción para los estudiantes

- Lea o invite a alguno de los estudiantes a leer la introducción, la cita y *El reto es*.
- Recapitule el texto de la introducción y haga un ejercicio de reflexión, puede preguntar al grupo una ventaja de perseverar. Esto permitirá recuperar conocimientos previos e iniciar con las actividades de la variación.

10 min. Grupal / individual

Actividad 1

Lluvia de ideas.

- Explique a sus alumnos que harán una lluvia de ideas para conocer las ventajas y desventajas de ser perseverantes, y que usted plasmará en el pizarrón sus ideas. Dicho esto, trace una línea vertical que divida el pizarrón en dos. De un lado, en la parte superior, anote: "Ventajas". Del otro lado, "Desventajas".

1.5

Ventajas y desventajas de perseverar

"La cometa se eleva más alto en contra del viento, no a su favor".
Winston Churchill.

La perseverancia en general, tiene muchas ventajas, pues te permite ver los frutos de tu esfuerzo. Sin embargo, si te lleva a alcanzar metas que te perjudican, o confundes perseverancia con **obstinación**, resulta una desventaja. En esta variación trabajaremos ventajas y desventajas de ser perseverante.

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. Con la ayuda del profesor, hagan una lluvia de ideas acerca de las ventajas y desventajas de ser perseverantes cuando quieren lograr algo que requiere de esfuerzo sostenido. El maestro o un compañero anotarán en el pizarrón las ideas que se les ocurran.

b. Elige una de las desventajas que se anotaron en el pizarrón y escribe aquí en tu cuaderno qué puedes hacer para continuar esforzándote cuando eso sucede.

c. ¿Cómo ayudarías a un amigo o una amiga cuando siente frustración porque renunció a una fiesta a la que tenía muchas ganas de ir, porque iba a estudiar para un examen de ingreso a un curso que le interesa mucho? Escribe aquí o en tu cuaderno, tal como se lo dirías a ella. Puedes utilizar las ventajas que anotaron en el pizarrón.

www.sems.gob.mx/construyet

Perseverancia |

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

Ventajas y desventajas de perseverar

Actividad 2.

- Reflexionen acerca de la importancia de valorar las ventajas de la perseverancia cuando sienten desánimo, frustración, cansancio o ante la presencia de obstáculos.
- Compartan con el grupo qué es lo que piensan cuando se presentan situaciones que les hacen sentir desánimo o frustración, o cuando se obstinan en conseguir algo que les está perjudicando. Comenten qué podrían hacer en estos casos para resolverlo de la mejor manera.

Reafirmo y ordeno

Reconocer lo que implica sostener tus esfuerzos para alcanzar una meta, te permitirá ser paciente cuando experimentes situaciones o emociones que te desanimen. Además, reconocer cuando perseverar en una idea puede ser una desventaja, puede ayudarte a conocer otras posibilidades que te ayuden a avanzar. Es importante reconocer ventajas y desventajas de perseverar, para lograr los resultados que anhelas, y dirigir tus esfuerzos hacia metas que contribuyan a tu bienestar individual y colectivo.

Escribe en un post-it que te ayude en la lección.

Para tu vida diaria

Practica con tu familia acerca de qué podrían hacer cuando sienten desánimo en su camino hacia las metas que desean alcanzar. Comparte con ellos las ventajas de ser perseverante y pregúntales qué otros pueden encontrar.

¿Quieres saber más?

Mira la película "127 horas" del director Danny Boyle, en la que ves cómo la perseverancia es un motor para alcanzar metas y superar las más grandes adversidades. Identifica cómo, en situaciones incluso en las más extremas, el cansancio y el desánimo pueden ser desventajas visibles para superar obstáculos y alcanzar metas. Esta película está basada en hechos reales y es una buena metáfora sobre la perseverancia.

CONCEPTO CLAVE

Obstinación:
Excesiva firmeza con la que una persona sostiene una idea o propósito, aunque pueda perjudicarse, sin considerar otras posibilidades ni cambiar de parecer.

www.sems.gob.mx/construyet

Perseverancia |

- Si sus alumnos requieren algunos ejemplos, puede mencionarles como ventajas: lograr metas, satisfacción, alegría; y como desventajas: desgaste, pensar que ya no es posible continuar, ser perseverante en situaciones que puedan afectarles, obstinación, entre otras.
- Anímelos a participar y vaya anotando lo que dicen sobre las ventajas, y después sobre las desventajas. Promueva el respeto y la espera de turnos.
- Cuando terminen el ejercicio, invite al grupo a leer con atención el pizarrón. Luego, solicite que elijan una de las desventajas anotadas y que escriban en su cuaderno qué pueden hacer para continuar esforzándose cuando eso sucede.
- Al terminar, pídale que respondan al último inciso de la actividad.

5 min. Grupal

Actividad 2

Reflexión grupal.

- Invite al grupo a reflexionar acerca de la importancia de valorar las ventajas de la perseverancia cuando se sienten desalentados, frustrados y muy cansados, para continuar esforzándose.
- Solicite a sus alumnos que compartan con el grupo cómo se sienten cuando se presentan situaciones que les hacen sentir desánimo o frustración, o cuando se obstinan en conseguir algo que les está perjudicando. Comenten qué podrían hacer en estos casos para resolverlo de la mejor manera. Dé la palabra a uno o dos estudiantes.
- Cierre la actividad animándoles a reflexionar sobre su posición frente a sus metas: ¿son perseverantes?, ¿llegan a obstinarse? ¿Qué ventajas y desventajas hay en sus procesos para alcanzar sus metas?

1 min. Individual

Reafirmo y ordeno

- Pida a un alumno que lea en voz alta el texto, y al resto del grupo que siga la lectura en silencio. Si el tiempo se lo permite puede comentar una conclusión breve.

1 min. Individual

Escribe en un minuto qué te llevas de la lección

- Pida que escriban en su cuaderno lo que consideran más relevante de la lección.

1 min. Individual

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

- Invite a sus estudiantes a poner en práctica lo que se pide en las secciones. En la sección *¿Quieres saber más?* sugiera que vean la película recomendada, “127 horas” del director Danhy Boyle, en la que verán cómo la perseverancia es un motor para alcanzar metas y superar las más grandes adversidades. identificarás cómo, en ocasiones el cansancio y el desánimo pueden ser desventajas visibles para superar obstáculos y alcanzar metas.

Aplicaciones para el aula y su vida diaria

Aplicaciones para el aula y su vida diaria:

Incorpore lo compartido por sus alumnos a la cotidianidad de las clases, haciendo referencia a las ventajas de ser perseverante para la realización de trabajos escolares. Promueva que sean ellos quienes detecten estas ventajas.

Cuando usted se encuentre en momentos de desaliento o cansancio y contemple abandonar sus metas, haga un análisis de las ventajas que su perseverancia le ha dado, tome un descanso y continúe.

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 la lección

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 un 50% de los estudiantes reflexionaron sobre la importancia de reconocer que perseverar puede tener ventajas y desventajas. | | | | | |
| 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 | | | | | |
| | | | | | |