

# 10.3

## Cambio las situaciones para perseverar

### Introducción

Perseguir de manera consistente el logro de las metas implica la disposición emocional y ética para modificar las situaciones que conllevan retos para alcanzarlas. Contribuir a que los estudiantes logren darse cuenta de su capacidad para modificar las circunstancias y situaciones implica empoderarlos y que abran un mar de posibilidades para lograr sus metas.

### ¿Cuál es el objetivo de la lección?

Que el estudiante practique estrategias de autocontrol en situaciones hipotéticas que puedan comprometer el logro de sus metas significativas de largo plazo.

### ¿Por qué es importante?

Porque permite que los estudiantes reconozcan la necesidad de modificar las situaciones que se le presentan para alcanzar sus metas.

### Concepto clave

Adecuación

### Orientaciones didácticas

Duración total: 20 minutos.

- Los tiempos asignados a cada actividad son sugeridos.

2 min. Equipo

### Introducción para los estudiantes

- Solicite a los estudiantes que lean la introducción, la cita y “*El reto es*”.
- Recapitule el texto de la introducción y haga un ejercicio de reflexión, puede preguntar al grupo si saben qué es la **adecuación** de situaciones. Esto permitirá recuperar conocimientos previos.

5 min. Pareja

### Actividad 1

Elaboración de árbol de decisiones.

- Pida a los estudiantes que se reúnan en parejas.
- Lea la situación en voz alta.
- Verifique que los estudiantes completan el árbol de decisiones ante el caso presentado. Coménteles que anoten:

En las raíces las opciones que puede tomar en cuenta.

En el tronco, las decisiones que tomó.

En la copa, los posibles resultados.

- Observe que los estudiantes completen correctamente las partes del árbol.

# 10.3

## Cambio las situaciones para perseverar

*“El gobierno más difícil es el de uno mismo”.*  
Séneca.

Para lograr las metas no sólo se necesita esfuerzo, voluntad o tenacidad. Para alcanzarlas es importante desarrollar una serie de habilidades que permitan vislumbrar la gama de posibilidades para analizar y modificar las situaciones que se presentan. La flexibilidad de nuestra mente, permite visualizar la maleabilidad de las situaciones. **El reto es** practicar estrategias de autocontrol en situaciones hipotéticas que puedan comprometer el logro de sus metas significativas de largo plazo.

**Actividad 1.**

a. Lean en pareja la siguiente situación.

Sebastián quiere estudiar un semestre en otro país, ya que su escuela permite intercambio de estudiantes. Cuando asiste a la oficina de movilidad escolar de su institución educativa, se da cuenta que la universidad a la que quiere asistir no tiene convenio con la suya, pero hay otras que sí lo tienen, aunque no cursaría la asignatura que él desea.

b. De acuerdo a la lectura, elaboren un árbol de decisiones, el cual debe contener las posibles opciones que podría tomar.

- En las raíces escriban las opciones que puede tomar en cuenta.
- En el tronco, las decisiones que tomó Sebastián.
- En la copa, los posibles resultados.

c. Al momento de ir diseñando el árbol, se pueden ir cambiando las decisiones que se toman.

Decisiones que no lo favorecen Decisiones que lo favorecen

d. Argumenten cuál sería la mejor decisión para Sebastián.

e. Reflexionen por qué lo decidieron así y, si al tomar su decisión, posteriormente la modificaron.

f. Escriban sus reflexiones en el cuaderno.

CONSTRUYE T [www.sems.gob.mx/construyet](http://www.sems.gob.mx/construyet) Perseverancia | 1

- Recuérdeles que pueden modificar sus decisiones conforme completen el árbol.
- Observe que la conversación presenta argumentos que permitan modificar las situaciones.
- Verifique que escriben sus respuestas y reflexiones en sus cuadernos.

9 min. Grupo

### Actividad 2

Elección de estrategia para cambiar de situación.

- Conduzca las exposiciones.
- Ayude a clarificar las opciones para elegir la mejor decisión.
- Acompañe a los estudiantes a pegar sus árboles de decisión.

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 la 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 lo que se pide en las secciones. En *¿Quieres saber más?* sugiéralos ver o leer la sinopsis de la película y escribir sus impresiones sobre ella.

Lección 10. Autocontrol para ser perseverante
Cambio las situaciones para perseverar

**Actividad 2.**

- En el grupo, expongan sus decisiones y argumenten el porqué determinaron que era la mejor. Tomen en cuenta sus árboles de decisión y las reflexiones que hicieron.
- Entre todo el grupo, debatan y elijan una sola decisión.
- Peguen sus árboles de decisiones en algún lugar visible del salón.

**Reafirmo y ordeno**

Cambia las situaciones para lograr tus metas. No te preocupes por seguir al pie de la letra los pasos de tu proyecto de vida, ya que podría convertirse más que en una virtud, en una cerrazón sin ningún sentido.

**Para tu vida diaria**

Imagina escenarios posibles antes de tomar decisiones, con la finalidad de adecuar las condiciones reales para cumplir las metas que te has establecido a largo plazo.


**¿Quieres saber más?**

Ve la película *El caso Thomas Crown* (John McTiernan, 1999), en la que se muestra como un ladrón de arte modifica la situación para lograr su cometido. En el siguiente sitio puedes observar la sinopsis: <http://www.sensacine.com/peliculas/pelicula-20498/trailer-19442306/>


**CONCEPTO CLAVE**

**Adecuación:**  
Adaptarse a las necesidades o condiciones de una situación.

Escribe en un minuto qué te llevas de la lección



2 | Perseverancia



www.sems.gob.mx/construyet

## Aplicaciones para el aula y su vida diaria

Pida que elaboren un dibujo o un *collage* en el que expresen diferentes decisiones que han tomado para cambiar distintas situaciones y que lo compartan con sus amigos y familia.

### 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 alumnos comprenden la importancia de modificar situaciones para el logro de metas a largo plazo. |                          |               |         |            |                       |
| 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.  |                          |               |         |            |                       |
|   |                          |               |         |            |                       |