

# 11.4

## ¡Mi pareja y mis amigos, más que aliados!

### Introducción

El papel que desempeñan los amigos, algunos de toda la vida y otros más recientes; y la pareja, que quizá algunos alumnos consideren como su compañera o compañero de vida, es de suma importancia, ya que forman parte de los aliados que los apoyarán y acompañarán hacia el logro de metas por cumplir a largo plazo. El rol que los educadores tienen, también como aliados, orientadores y formadores, representa una guía para que los estudiantes logren sus metas.

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

Que los estudiantes identifiquen a los aliados en su familia, escuela y comunidad (personas o grupos) quienes pueden ser fuente de inspiración y apoyo para el cumplimiento de sus metas a largo plazo.

### ¿Por qué es importante?

Porque reconocerán la importancia de los amigos y la pareja como aliados para lograr metas a largo plazo.

### Concepto clave

Amigos

### Orientaciones didácticas

Duración total: 20 minutos.

- Los tiempos asignados a cada actividad son sugeridos.

2 min. Individual

### 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 cómo sus **amigos** influyen en sus metas. Esto permitirá recuperar conocimientos previos e iniciar con las actividades de la variación.

9 min. Individual

### Actividad 1

Amigos.

- Haga una breve introducción a los alumnos sobre la importancia de la amistad en la consecución de las metas a realizar.
- Pida que realicen el dibujo que se solicita en la variación del estudiante, puede ayudarlos dando algunas ideas sobre lo que simboliza un amigo.
- Dé pie a que algún alumno compareta con el grupo el resultado de la actividad.

# 11.4

## ¡Mi pareja y mis amigos, más que aliados!

"La amistad es más difícil y más rara que el amor. Por eso hay que salvarla como sea".  
Alberto Moravia.

Seguramente tienes amigos que recuerdas de toda la vida, algunos más recientes y otros que vendrán en el futuro y tal vez una pareja que consideras tu compañero o compañera de vida. Es de suma importancia contar con aliados, como tu pareja y amigos, que te apoyarán y acompañarán hacia un mejor planteamiento y logro de tus metas.  
**El reto es** identificar a los aliados en tu familia, escuela y comunidad (personas o grupos) quienes pueden ser fuente de inspiración y apoyo para el cumplimiento de metas a largo plazo.

**Actividad 1.**

a. Piensa en una o uno de tus grandes amigos, quien te ha acompañado en momentos difíciles y también en los buenos momentos. Reflexiona acerca de lo que te gusta de ella o él, qué has aprendido de su amistad y cómo te ha apoyado.

b. Dibuja aquí o en una hoja de papel a tu o tus amigos, y alrededor ilustra con dibujo o recortes dibuja lo que significa para ti: por ejemplo, aprendizajes, momentos memorables o proyectos compartidos.

c. Contesta las siguientes preguntas:

- ¿Cómo tu o tus amigos te inspiran y apoyan para alcanzar tus metas?

---




---

- ¿De qué manera pueden fortalecer su alianza hacia el futuro que desean?

---



---



www.sems.gob.mx/construyet

Perseverancia | 1

5 min. Grupal

**Actividad 2****Reflexión grupal.**

- Invite al grupo a reflexionar sobre la importancia que tienen los amigos y la pareja como aliados en la consecución de su futuro. Solicite que compartan alguna experiencia sobre el tema y dé la palabra a uno o dos estudiantes.

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?* sugiera que vea la película *Amigos intocables* (2011), en donde se muestra cómo la amistad y el buen humor ayudan a Philippe a divertirse y lograr sus metas.

Lección 11. Aliados ¡Mi pareja y mis amigos, más que aliados!

**Actividad 2.**

a. Compartan con el grupo, las principales ideas sobre la importancia de contar con amigos y/o pareja como aliados en la consecución de sus metas a largo plazo.

**Reafirmo y ordeno**

El planteamiento de metas y su concreción depende de muchas cosas más allá de sólo anhelarlas. En el trayecto se necesitan aliados que irán haciendo más ligero el camino al éxito. Los **amigos** y/o parejas son parte fundamental de tu camino hacia la meta. Apoyarse en ellos, escuchar y ser escuchado, compartir y reflexionar, hará que tu proyecto sea más fácil de concretarse a largo plazo.

**Para tu vida diaria**

Platica con el amigo o amiga que elegiste para realizar la primera actividad. Cuéntale lo que significa para ti su apoyo y cómo te inspira a continuar adelante. Pregúntale cómo se siente con tu amistad. Seguramente esta charla fortalecerá su relación y reforzará sus metas a largo plazo.

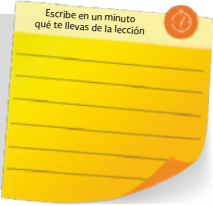
**¿Quieres saber más?**

Puedes ver la película *Amigos intocables* (2011), dirigida por Olivier Nakache y Éric Toledano, en la que se muestra cómo la amistad y el buen humor ayudan a Philippe a divertirse y lograr sus metas. Lee la sinopsis en <https://www.actitud-fem.com/guia/cine-y-television/peliculas/resena-de-la-pelicula-amigos>

**CONCEPTO CLAVE**

**Amigos:**  
Son personas en la que van implícitos valores similares e interés en el bienestar mutuo.

Escribe en un minuto qué te llevas de la lección



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

**Aplicaciones para el aula y su vida diaria**

Que los alumnos identifiquen a aliados entre sus amigos y pareja, es importante para el desarrollo de sus metas dentro del aula. La compañía y el contar con motivación externa se traducirán en un mejor desarrollo a nivel grupal.

Reconocer a los estudiantes como aliados e inspiración de crecimiento profesional también es importante para usted, pues la reciprocidad motiva siempre a estar actualizado, continuar con preparación y con constante inclinación hacia la realización de metas.

**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 reconocieron la importancia de contar como aliados a sus amigos y pareja para establecer 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.					