

12.4

Anticipándome para avanzar en mi proyecto de vida

Introducción

En la etapa de juventud que los alumnos están viviendo es común que en el camino para alcanzar sus anhelos y deseos, encuentren dificultades y obstáculos imprevistos. Es importante orientarlos y advertirlos de forma positiva para que estén atentos y preparados para enfrentarlos utilizando herramientas para que sigan avanzando y, al mismo tiempo, aprendan de las adversidades. Una importante labor como profesor, es impulsarlos a realizar sus metas a pesar de las dificultades.

¿Cuál es el objetivo de la lección?

Que los estudiantes evalúen los aprendizajes obtenidos durante el curso, que les permitan tomar decisiones de manera responsable y establecer estrategias para perseverar y alcanzar sus metas.

¿Por qué es importante?

Porque identificarán posibles situaciones adversas y de fracaso en la construcción de su proyecto de vida.

Concepto clave

Situaciones adversas

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 si saben qué son las situaciones adversas en el proyecto de vida. Esto permitirá recuperar conocimientos previos e iniciar con las actividades de la variación.

8 min. Individual

Actividad 1

Preparados para las eventualidades.

- Ofrezca al grupo una breve introducción sobre la importancia de estar preparado ante los distintos obstáculos y fracasos que pueden enfrentar.
- Diríjase al grupo para que respondan cada una de las indicaciones de la actividad de acuerdo a la variación del estudiante.
- De ser posible, pida a dos o tres alumnos que compartan sus respuestas ante el grupo para que reflexionen y vean coincidencias entre ellos.

12.4

Anticipándome para avanzar en mi proyecto de vida

“En las adversidades sale a la luz la virtud”.

Aristófanes.

En el camino para alcanzar tus sueños, es común que se presenten obstáculos que no habías previsto. Es importante que cuando esto suceda, estés preparado para enfrentarlos y utilizar diferentes herramientas y recursos para seguir avanzando e, incluso, aprender de estas **situaciones adversas**. Así seguirás avanzando cada vez más hacia la realización de tu proyecto de vida, a pesar de las dificultades.

El reto es evaluar los aprendizajes obtenidos durante el curso, que te permitan tomar decisiones de manera responsable y establecer estrategias para perseverar y alcanzar tus metas.

Actividad 1.

- a. Recuerda un logro que hayas alcanzado a pesar de que se presentaron dificultades importantes y/o numerosas. ¿Qué hiciste cuando surgieron estos obstáculos?

- b. ¿Qué aprendiste de la manera en que enfrentaste las dificultades?

- c. Ahora piensa en una meta a largo plazo que forme parte de tu proyecto de vida. ¿Qué tipo de obstáculos crees que podrían presentarse para alcanzarla?

- d. ¿Qué necesitarías para estar preparado ante eventualidades y posibles fracasos en la realización de tu proyecto de vida?



www.sems.gob.mx/construyet

Perseverancia | 1



www.sems.gob.mx/construyet

Perseverancia | 1

7 min. Grupal

Actividad 2**Reflexión grupal.**

- Solicite al grupo que compartan sus experiencias en la actividad anterior y pregunte qué aprendieron de la misma. Dé la palabra a dos o tres estudiantes.
- Invite a reflexionar acerca de cómo podrían prepararse para enfrentar dificultades o fracasos en la obtención de sus metas a largo plazo.
- Cierre la actividad recomendando que en sus planes incluyan prever obstáculos y fracasos, y qué hacer cuando éstos se presenten.

1 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, comente una conclusión breve o solicite 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 lean el artículo del enlace, en el que encontrarán una mirada positiva y motivadora frente a la aparición de obstáculos en sus proyectos.

Lección 12. Elige T Anticipándome para avanzar en mi proyecto de vida


Actividad 2.

- Comenten con el grupo su experiencia en la actividad pasada y qué aprendieron de ella.
- Reflexionen acerca de cómo podrían prepararse para enfrentar eventualidades en la consecución de sus metas a largo plazo.

Reafirmo y ordeno

Para poder avanzar con paso firme hacia la realización de tu proyecto de vida, es importante considerar los posibles obstáculos y fracasos. Es normal vivir decepciones en el camino, pero esto no debe detenerte si no es para tomar más fuerza. Anticiparse a esta posibilidad, es una buena manera de prepararse para alcanzar tus sueños.

Escribe en un minuto qué te llevas de la lección



Para tu vida diaria

Cuando vayas a realizar una actividad que te interesa mucho, tómate el tiempo suficiente para planear y prever posibles dificultades: desde un partido de fútbol hasta un examen de admisión. Tener todo listo anticipadamente, reducirá las posibilidades de que los obstáculos te hagan desistir.

¿Quieres saber más?

En este artículo encontrarás una mirada positiva frente a la aparición de obstáculos en tus proyectos, seguramente te motivará para no desanimarte y seguir adelante.

www.eluniversal.com.mx/blogs/victor-jimenez/2016/04/5/como-sortear-los-obstaculos-en-la-vida

CONCEPTO CLAVE

Situaciones adversas: Se refiere a algo o alguien que resulta desfavorable o contrario a lo que queremos lograr.

2 | Perseverancia CONSTRUYE T www.sems.gob.mx/construyet

Aplicaciones para el aula y su vida diaria

Solicite a los estudiantes que si es posible que compartan alguna situación difícil o fracaso para que compartan lo que hicieron para salir de ella, si no hay participantes, puede platicarles una experiencia propia o crear una historia de éxito frente a la situación difícil o de fracaso.

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 identificaron posibles situaciones adversas y de fracaso en la construcción de su proyecto de vida.					
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.					