

3.3

Metas y decisiones

Introducción

Un aspecto muy importante para el fortalecimiento de la perseverancia en los estudiantes, es la toma responsable de decisiones, ya que muchas de ellas pueden tener repercusiones a largo plazo, por lo que es necesario proporcionar herramientas para favorecer que los jóvenes asuman la responsabilidad de su propio futuro, planteando metas significativas y factibles.

¿Cuál es el objetivo de la lección?

Que los estudiantes definan metas significativas y factibles a mediano y largo plazo, basadas en el reconocimiento de sus logros pasados y en una visión futura de sí mismos.

¿Por qué es importante?

Porque reconocerán la importancia de la toma responsable de decisiones en el establecimiento de sus metas.

Concepto clave

Metas factibles

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 qué son las **metas factibles**. Esto permitirá recuperar conocimientos previos e iniciar con las actividades de la variación.

10 min. Equipos

Actividad 1

El futuro de Daniel.

- Inicie la actividad solicitando al grupo que formen equipos.
- Una vez formados los equipos, pídale que lean con atención el caso de Daniel.
- Indique que lean el inciso “b” y que dialoguen para encontrar la forma

3.3

Metas y decisiones

“Una persona usualmente se convierte en aquello que él cree que es. Si yo sigo diciéndome a mí mismo que no puedo hacer algo, es posible que yo termine siendo incapaz de hacerlo. Por el contrario, si yo tengo la creencia que sí puedo hacerlo, con seguridad yo adquiriré la capacidad de realizarlo aunque no la haya tenido al principio.”

Mahatma Gandhi.

El futuro que vayas construyendo estará conformado por logros, rectificaciones y aprendizajes. Esto implica tomar decisiones constantemente sobre las metas que te planteas, ya que es posible que la ruta trazada no sea la única, y pueda haber otros caminos para llegar a ellas. Sin embargo, asumir la responsabilidad de las decisiones que tomas para tu futuro te da la ventaja de anticipar y acercarte con pasos más firmes al porvenir.

El reto es definir metas significativas y factibles a mediano y largo plazo, basadas en el reconocimiento de sus logros pasados y en una visión futura de sí mismo.

Actividad 1.

a. Formen equipos y lean el siguiente caso:

Daniel tiene planeado hacer el exámen para ingresar a la licenciatura en seis meses, pero aún no está muy seguro sobre la carrera que quiere estudiar. Sus opciones son medicina, psicología y sociología, pero su promedio no es muy bueno y para medicina piden una calificación muy alta; para psicología, tendría que viajar a otro estado y eso no le agrada, y tampoco está muy convencido de querer estudiar sociología, pues desea más una carrera del área de la salud.

b. A partir del caso de Daniel, reflexiona con base en las siguientes preguntas:

- ¿Cómo ayudarían a Daniel a definir su meta?
- ¿Cuáles serían los principales obstáculos para alcanzarla?
- ¿Qué alternativas pueden sugerirle?
- ¿Qué acciones tendría que emprender para alcanzar su meta?

c. Compartan con el resto del grupo las conclusiones de su equipo sobre el caso de Daniel.

Actividad 2.

a. Escribe, aquí o en tu cuaderno, una meta que te parezca difícil de lograr:

b. Escribe dos principales obstáculos que te impedirían llegar a esa meta:

www.sems.gob.mx/construyet

Perseverancia | 1

de ayudar a Daniel, a partir de las preguntas que se plantean en el manual: ¿Cómo ayudarían a Daniel a definir su meta? ¿Cuáles serían los principales obstáculos para alcanzarla? ¿Qué alternativas pueden sugerirle? ¿Qué acciones tendría que emprender para alcanzar su meta?

- Sugiera que escriban las respuestas y sus conclusiones en su cuaderno.
- Invite a que los equipos compartan sus conclusiones con el resto del grupo.
- Cierre la actividad con una aportación al caso de Daniel.

5 min. Individual

Actividad 2

Mis metas, mis decisiones.

- Solicite a sus estudiantes que, individualmente, escriban en su cuaderno una meta que les parezca difícil de lograr.
- Después, pida que escriban en el inciso “b”, dos obstáculos que les impedirían llegar a esa meta.
- En el inciso “c”, solicite que escriban una alternativa a la meta que establecieron en el inciso “a”, para que ya no parezca difícil de lograr.
- Finalmente, invite a escribir dos acciones que tengan que emprender para alcanzar su meta.
- Para cerrar la actividad, motive a sus estudiantes a emprender las acciones que plantearon y acercarse cada vez más a la realización de sus metas.

1 min. Grupal

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

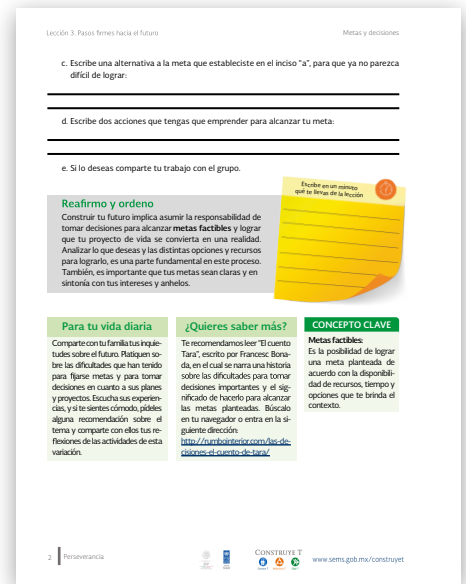
Escribe en un minuto qué te llevas de la lección

- Pida 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 cuento recomendado, que ejemplifica algunas dificultades para tomar decisiones importantes y el significado de hacerlo para alcanzar las metas planteadas. Buscado en tu navegador o entra en la siguiente dirección <http://www.sems.gob.mx/construyet>.



Aplicaciones para el aula y su vida diaria

Anime a sus estudiantes a tomar decisiones cotidianamente en el aula. Por ejemplo, dando opciones para realizar sus trabajos, eligiendo con quiénes formar equipos, pidiéndoles que propongan actividades novedosas sobre los temas de la asignatura. Reflexione con ellos sobre los efectos de sus decisiones cotidianas en el logro de sus metas académicas.

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 reconocieron la importancia de la toma responsable de decisiones en el establecimiento de sus metas.					
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.					