

6.4

FODA para alcanzar mis metas

Introducción

Identificar las fortalezas y debilidades personales, así como las oportunidades y amenazas del contexto que se pueden presentar al intentar alcanzar una meta, puede contribuir a que los estudiantes tengan mayor flexibilidad de adaptarse a los cambios de escenarios y circunstancias que no estén bajo su control.

¿Cuál es el objetivo de la lección?

Que los estudiantes empleen estrategias de planeación que les permitan orientar sus esfuerzos para el logro de sus metas a largo plazo, considerando las de mediano y corto plazo.

¿Por qué es importante?

Porque identificarán sus fortalezas y debilidades, así como las oportunidades y amenazas externas para el logro de sus metas.

Concepto clave

Flexibilidad

6.4 FODA para alcanzar mis metas

"Si has construido castillos en el aire, tu trabajo no puede ser desperdiciado, ahí es donde deben estar. Ahora pon los cimientos debajo de ellos".
Henry David Thoreau.

Planear para alcanzar tus metas es parte de la construcción de tu proyecto de vida. Sin embargo, en ocasiones es necesario modificar los planes de acuerdo con las circunstancias. El análisis FODA (Fortalezas, Oportunidades, Debilidades y Amenazas) es una estrategia que permite tener la **flexibilidad** necesaria para mantenerte en acción, con dirección y enfocado en tus metas, aunque los escenarios cambien, porque permite encontrar alternativas para enfrentar las adversidades. **El reto es** emplear estrategias de planeación que te permitan orientar tus esfuerzos para el logro de tus metas a largo plazo, considerando las de mediano y corto plazo.

Actividad 1.

a. Lee con atención el siguiente caso:

Hugo está por empezar un curso de pintura. Aunque toda su vida ha pintado, siempre tuvo la inquietud de estudiar técnicas y convertir su gran pasión en algo para toda la vida, e incluso ha pensado hacerlo como carrera profesional, pero ahora se ha cuestionado si podrá explotar su creatividad tal y como él lo ha pensado. Esto lo ha hecho reflexionar sobre si tiene suficiente experiencia pintando, si ha mejorado en los años que lleva haciéndolo de forma autodidacta y qué ha sido lo que lo ha alejado de su objetivo de llegar a pintar un gran retrato. Le preocupa que en su curso haya mejores alumnos que él, y no encajar, ya que siempre ha sido un poco tímido. Lo que más le gusta pintar son paisajes y puestas de sol. Todas las personas que han visto sus cuadros piensan que son las más bonitas puestas de sol que hayan presenciado en una pintura, además, el hecho de que haya vivido toda su infancia en una ciudad con playas le ha dado suficiente inspiración para plasmarlo en sus lienzos. Mañana entra a su curso. ¿Qué tal le irá a Hugo en su primera clase?

b. Acomoda en la matriz FODA, las fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas presentadas en el caso.

Matriz FODA	
Fortalezas (internas)	Oportunidades (externas)
1.	1.
2.	2.
Debilidades (internas)	Amenazas (externas)
1.	1.
2.	2.

www.sems.gob.mx/construyet Perseverancia | 1

Orientaciones didácticas

Duración total: 20 minutos.

- Los tiempos asignados a cada actividad son sugeridos.

1 min. Grupal

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 alguna vez el cambio de las circunstancias del contexto provocó que dejaran de perseguir alguna meta. Esto permitirá recuperar conocimientos previos e iniciar con las actividades de la variación.

8 min. Individual

Actividad 1

Análisis de caso.

- Solicite a uno de sus estudiantes que lea en voz alta el caso.
- Después, pídale completar, de manera individual, la matriz de acuerdo al análisis FODA que hagan del caso.
- Manténganse pendiente del proceso y dispuesto a responder a sus dudas.

8 min. Individual

Actividad 2

Mi análisis FODA.

- Invite a sus alumnos a pensar en una meta a mediano plazo.
- A partir de la meta elegida de cada estudiante, solicite que realicen un análisis FODA personal, llenando los espacios de la matriz según corresponda.
- Finalmente, y una vez realizado el análisis FODA, seleccione a dos o tres estudiantes para que compartan sus respuestas.

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, 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 exploren el sitio donde podrán ampliar sus conocimientos para la realización de una matriz del análisis FODA personal. Disponible en el enlace: <https://aulainteractiva.org/analisis-foda-personal-105/>

Lección 6. Planeación para alcanzar metas
FODA para alcanzar mis metas

Actividad 2.

a. Escribe una de tus metas a mediano plazo:

b. Realiza un análisis FODA con respecto a la meta que elegiste.

Matriz FODA	
Fortalezas (internas)	Oportunidades (externas)
1.	1.
2.	2.
Debilidades (internas)	Amenazas (externas)
1.	1.
2.	2.

c. Comparte con el grupo, si así lo deseas, tus fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas para alcanzar tu meta.

Reafirmo y ordeno

El análisis FODA te dará mayor claridad sobre los recursos personales con los que cuentas para alcanzar tus metas, así como prever el posible impacto de tus debilidades y de las amenazas externas, y considerar las oportunidades que pueden presentarse.

Escribe en un minuto qué te llevas de la lección

Para tu vida diaria

Conversa con tus familiares sobre la utilidad del análisis FODA. Hagan un ejercicio considerando situaciones o proyectos en común que les gustaría iniciar o mejorar. Propongan estrategias para afrontar las amenazas y tomen en cuenta las fortalezas en lo colectivo y lo individual.

¿Quieres saber más?

En el siguiente sitio, se presenta una interface interactiva, donde podrás ampliar tus conocimientos sobre el análisis FODA personal, para establecer una matriz de fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas, con la finalidad de favorecer el logro de tus metas <https://aulainteractiva.org/analisis-foda-personal-105/>

CONCEPTO CLAVE

Flexibilidad:
Capacidad para adaptarse con facilidad a diferentes circunstancias, situaciones o necesidades.

2 | Perseveranciawww.sems.gob.mx/construyet

Aplicaciones para el aula y su vida diaria

Recuerde a los estudiantes revisar periódicamente su análisis FODA, para continuar avanzando hacia el logro de su meta.

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 identificaron sus fortalezas y debilidades, así como las oportunidades y amenazas externas para el logro 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.					