



Dimensión:

*“¡Supero los obstáculos y alcanzo mi meta!”*

Conoce T

**Para reflexionar...**

¿Crees que a los estudiantes les es difícil proponerse una meta y cumplirla?

Para trabajar  
con:  
Estudiantes**Nuestro objetivo:**

Realizar una dinámica que muestre cómo cada meta que nos proponemos implica obstáculos que, con determinación y perseverancia, podemos superar.

Tiempo de  
planeación:  
15 min.**Condiciones y materiales deseables:**

Se requiere un rollo de mecate o cordón, pañuelos o pedazos de tela que puedan usarse para vendar los ojos y objetos comunes que puedan usarse como obstáculos (mesa-bancos, bote de basura, mochilas, etcétera). Se recomienda hacer la actividad en un espacio abierto (patio, cancha y/o jardín).

Duración  
estimada:  
40 min.**Paso a paso:**Habilidades  
generales en  
entrenamiento

Determinación

1. En el espacio designado para la actividad, se traza un camino o ruta con el mecate o cordón, de aproximadamente tres metros, tratando de que en diferentes puntos del camino el mecate cruce la ruta (en zig-zag), a lo largo de todo el camino se colocan diferentes obstáculos de diferentes alturas: mesa-bancos, botes de basura, mochilas, etcétera.
2. Se divide al grupo en tres equipos:
  - El equipo 1 asumirá el rol de compañeros que ejercen influencia positiva sobre los demás.
  - El equipo 2 asumirá el rol de compañeros que ejercen influencia negativa sobre los demás.
  - El equipo 3 tendrán que pasar la ruta y llegar a la meta.
3. En ambos lados de la ruta trazada, se colocan a los integrantes de los equipos 1 y 2. Los miembros del equipo 3 se colocan en una fila al inicio de la ruta. Al equipo 3, el docente le muestra y explica la ruta y se asegura de clarificarles que la meta es: atravesar la ruta de manera individual, con los ojos vendados y llegar hasta el otro extremo.
4. Los integrantes del equipo 3, intentarán pasar la ruta completa uno por uno, con los ojos cerrados con la ayuda y consejos de los integrantes del equipo 1. En ningún momento los integrantes del equipo 1 y 2 pueden tocar a sus compañeros que realizarán la ruta.
5. Los integrantes de grupo 1 y 2, asumirán su rol y le dirán mensajes positivos o negativos según su papel, por ejemplo: “no puedes”, “no vas a llegar”, “está muy difícil”, “tú puedes”, “ya casi llegas” “con cuidado a tu derecha/izquierda”, etcétera. Es importante que el docente se asegure que en todo momento los mensajes sean respetuosos.

Habilidades  
específicas en  
entrenamiento

Perseverancia

**Recuerda consultar las referencias de las actividades Construye T en nuestro sitio**  
**[www.sems.gob.mx/construyet](http://www.sems.gob.mx/construyet)**

Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos a los establecidos en el programa.



Dimensión:



*“¡Supero los obstáculos y alcanzo mi meta!”*

### **Para terminar...**

*¿Cómo seré una mejor persona?, ¿cómo seremos una mejor comunidad?*

La perseverancia es indispensable para lograr tus metas. Traza una meta y cúmplela, la satisfacción que sentirás valdrá la pena.



Para trabajar con:  
*Estudiantes*

Tiempo de planeación:  
*15 min.*

Duración estimada:  
*40 min.*

Habilidades generales en entrenamiento



Determinación

Habilidades específicas en entrenamiento



Perseverancia

**Recuerda consultar las referencias de las actividades Construye T en nuestro sitio [www.sems.gob.mx/construyet](http://www.sems.gob.mx/construyet)**

Este programa es público, ajeno a cualquier partido político. Queda prohibido el uso para fines distintos a los establecidos en el programa.