

12.3

Factibilidad de mi proyecto de vida

Introducción

Es común que los jóvenes se planteen metas que pueden parecer poco realistas. En ocasiones, son ellos mismos quienes las abandonan al escuchar opiniones poco alentadoras o considerarlas irrealizables. Es importante proporcionarles herramientas para poder establecer metas a corto y mediano plazo que cambien su visión y las conviertan en proyectos factibles, tomando en cuenta recursos y tiempos. En esta variación, los alumnos retomarán lo aprendido durante el curso, para fortalecer su perseverancia en la realización de su proyecto de vida.

¿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 reconocerán la importancia de plantearse metas factibles para realizar su proyecto de vida.

Concepto clave

Factibilidad

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 es factibilidad en su proyecto de vida. Esto permitirá recuperar conocimientos previos e iniciar con las actividades de la variación.

8 min. Individual

Actividad 1

La escuela es una aliada.

- Inicie la actividad invitando a los estudiantes a que piensen en una de sus metas a largo plazo que les ilusione mucho. Invítelos a pensar en la manera en que su meta sea factible y cómo pueden acercarse más a cumplir su meta.

12.3

Factibilidad de mi proyecto de vida

“Todo el mundo trata de realizar algo grande, sin darse cuenta de que la vida se compone de cosas pequeñas”.

Frank A. Clark.

Tu proyecto de vida está construido de metas en busca de ser alcanzadas. Como sabes, para lograrlo es necesario que tus metas a largo plazo sean realizables, y esto puede lograrse si te planteas metas factibles a corto y mediano plazo, considerando tus tiempos y tus recursos personales y materiales. Realizar tu proyecto de vida implica una labor diaria con las mejores recompensas.

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. Elige una de tus metas a largo plazo que te ilusione mucho. Imagina que estás a punto de lograrla.


- ¿Qué has hecho hasta ahora para que sea factible esta meta?

- ¿Qué necesitas para acercarte más a tu meta?

- ¿Qué acciones realizarías para seguir avanzando en el logro de tu meta?

Actividad 2.

- Ahora, en grupo, compartan lo que hicieron para que las metas planteadas por ustedes, coadyuven a que su proyecto de vida sea factible.
- Reflexionen sobre cómo podrían evaluar si su proyecto de vida sigue siendo factible después de los cambios que le han realizado.



www.sems.gob.mx/construyet

Perseverancia | 1

7 min. Grupal

Actividad 2**Reflexión grupal.**

- Invite al grupo a que comenten sus acciones para que las metas planteadas favorezcan el cumplimiento de su proyecto de vida, es decir, que sea factible.
- Pida a sus alumnos que compartan sus acciones para evaluar si su proyecto de vida sigue siendo factible después de los cambios realizados.
- Para cerrar la actividad, comparta una experiencia personal, o de alguien cercano, sobre una meta que parecía inalcanzable, y cómo se convirtió en factible.

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 vean el video una META, un SUEÑO, en el que encontrarán distintas motivaciones, acciones y apoyos para poder cumplir su meta factible.

Lección 12. Elige T
Factibilidad de mi proyecto de vida

Reafirmo y ordeno

La **factibilidad** de tus metas a largo plazo es algo que se construye con análisis, reflexión y esfuerzo diario. Plan-tearte metas alcanzables en el corto y mediano plazo, ir dando un paso a la vez, te ayudará a no perder la moti-vación, pues notarás avances hacia lo que tanto desearas y esto te impulsará a seguir con tu proyecto de vida.

Escribe en un minuto qué te llevas de la lección

Para tu vida diaria

Pregúntate periódicamente qué estás haciendo para avanzar hacia la realización de tu proyecto de vida. Plantearte metas factibles a corto plazo te ayudará mucho, y puedes registrar tus avances y colocarlos en un lugar visible para ti. Cuando notes que logras lo que te propones, te sentirás motivado para seguir con lo planeado.

¿Quieres saber más?

Observa el video una META, un SUEÑO, en el que encontrarás distintas motivaciones, acciones y apoyos para poder cumplir tu meta factible. Puedes verlo en <https://www.youtube.com/watch?v=nsz78gOa1cY>

CONCEPTO CLAVE

Factibilidad: Es la disponibilidad de recursos para poder alcanzar las metas planteadas.

2 | Perseveranciawww.sems.gob.mx/construyet

Aplicaciones para el aula y su vida diaria

Solicite a sus alumnos que analicen la factibilidad de sus proyectos dentro de la escuela, específicamente, en su materia. Motíuelos a calendarizar y buscar los medios pertinentes para realizar proyectos escolares.

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 plantearse metas factibles para realizar 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.					