



Dimensión:



“Mandala”

Para reflexionar...

¿Cuál es la importancia de que los jóvenes se definan a sí mismos e identifiquen sus principales herramientas para construir su proyecto de vida?

Para trabajar con:
Estudiantes

Nuestro objetivo:

Que los estudiantes identifiquen las herramientas con las que cuentan para lograr su proyecto

Tiempo de planeación:
5 min.

Condiciones y materiales deseables:

Se sugiere realizarse al inicio de la clase, en una tutoría o en una sesión de orientación. Requerimos hojas, lápices y colores.

Duración estimada:
30 min.

Paso a paso:

1. El docente reparte hojas y lápices de colores.
2. Se solicita a los estudiantes que dibujen un círculo grande del color que quieran.
3. Posteriormente, el docente solicita que dividan el círculo en tres (en forma de pastel) y numeren los espacios por fuera.
4. Se pide a los estudiantes que en la primera fracción del pastel escriban palabras y/o dibujen objetos que definan su personalidad.
5. En la segunda fracción del pastel, el docente pide a los estudiantes que escriban palabras y/o dibujen objetos que indiquen las cualidades que creen que a ellos les hace falta desarrollar (ejemplo: escuchar mejor, ser puntual, etc.).
6. Finalmente en la tercera fracción del pastel, los estudiantes escribirán palabras y/o dibujarán objetos que definen sus objetivos en la vida.
7. Al finalizar la actividad, el docente invitará a sus estudiantes a que expongan sus "mandalas", mientras los demás participantes escuchan sin interrumpir y respetuosamente.
8. El docente hará preguntas detonadoras para que los jóvenes identifiquen cómo sus cualidades podrían ayudarles a alcanzar sus objetivos de vida y qué herramientas necesitan desarrollar.
9. Después de la reflexión, se invita a que los estudiantes se lleven su Mandala y la pongan en un lugar visible en sus casas para motivarlos a alcanzar sus objetivos.

Habilidades generales en entrenamiento



Autoconciencia



Determinación

Habilidades específicas en entrenamiento



Autopercepción



Reconocimiento de emociones



Motivación de logro

Para terminar...

¿Cómo será una mejor persona?, ¿cómo seremos una mejor comunidad?

Esta actividad sirve para que los estudiantes reconozcan sus cualidades y las habilidades que necesitan desarrollar para alcanzar sus objetivos. De esta forma se motiva al estudiante a trabajar en sí mismo para mejorar como individuo.



Recuerda consultar las referencias de las actividades Construye T en nuestro sitio www.sems.gov.mx/construyet

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