

LAS CUATRO MONTAÑAS

45 🕒 min

Se definen metas personales en distintos ámbitos



DIMENSIONES DE APRENDIZAJE

Conocimientos

- Descubrir y compartir los propios intereses.
- Fijar metas personales en diversos ámbitos: espiritual, familiar, profesional y social.

Habilidades

- Definir metas.
- Planificación sistemática y monitoreo.

Actitudes

- Demostrar disposición por compartir ideas, intereses y opiniones con otros.
- Respetar los turnos del juego y las exposiciones personales de los compañeros.

MATERIALES



1 hoja por estudiante



1 lápiz por estudiante

LAS CUATRO MONTAÑAS

45 ⌚ min

ENTRADA SIMPÁTICA SUGERIDA

Hoy vamos a poner en práctica una herramienta, para mi gusto, milagrosa. Si queremos avanzar en la vida y proyectarnos a futuro, lo primero que debemos hacer es fijar nuestras metas. Haciéndolo, tendremos gran parte del camino recorrido y se nos hará más fácil saber qué hacer cada día. Por ejemplo, yo sé que para ganarme el Kino, lo primero que tengo que hacer es poner un pie afuera de la cama y salir a comprarlo. Aunque, claramente, el mío es un pésimo plan. ¿Qué metas tienen ustedes?

META

Dibujar cuatro montañas con las metas personales.

MODALIDAD

Individual

INSTRUCCIONES

1. MONTAÑAS

El profesor dibuja cuatro montañas en la pizarra. En la primera se escribe de título "Metas espirituales"; en la segunda, "Metas familiares"; en la tercera, "Metas de estudios y laborales"; y en la cuarta, "Metas en mi sociedad".

2. DIBUJO

Cada estudiante copia las montañas en su hoja, con los títulos correspondientes. El primer paso es definir la meta que tiene en cada ámbito y escribirla en la cima de la montaña como una bandera.

3. EJEMPLO

Por ejemplo, en las metas familiares escriben: "Formar una familia en la que todos se apoyen mutuamente".

4. PASO A PASO

Cada estudiante debe dibujar 10 peldaños que lo lleven a su meta y en cada uno escribir el paso a paso que le ayudará a lograrlo utilizando el método SMART.

5. EVALUACIÓN

Finalmente, el profesor evaluará cada una de las metas y paso a paso generado por los alumnos.

Pasar a la reflexión

PREGUNTAS SUGERIDAS

- ¿Por qué simbolizamos las metas con montañas?
- ¿Cuál creen que es la mejor forma de avanzar para cumplir sus metas?

ENSEÑANZA

A veces nuestras metas se nos presentan como montañas, altas y difíciles de escalar, pero si nos planificamos y monitoreamos nuestro avance y, lo más importante, disfrutamos cada paso que demos, de seguro llegaremos hasta donde queramos llegar. Les puedo asegurar que tener claras nuestras metas, nos hará la ruta más sencilla y feliz.