
TABLA DE CONTENIDO

Establecimiento de metas

1. Definir metas **2**
2. Metas escalonadas **15**
3. Tomar medidas **24**
4. Perseverar **32**

AGENDA

- SESIÓN 1
 - Actividad inicial
 - ¿Ruido o no?
 - Características
- SESIÓN 2
 - Revisión
 - Más características
 - Guardameta
- Conclusión
- Evaluación del estudiante

Objetivos

Los estudiantes reconocerán la importancia de tener metas.

Los estudiantes reconocerán que las metas significativas deben ser personales y realistas.

Los estudiantes reconocerán que las metas tienen consecuencias y deben tener plazos.

Los estudiantes enumerarán las metas y utilizarán criterios específicos para evaluarlas.

Materiales necesarios

- Sesión 2: Una copia de la hoja de actividades "Metas válidas" para cada estudiante (Parte III)

SESIÓN 1

Actividad inicial (5 minutos)

Pídales que describan lo que harían si quisieran obtener una determinada calificación en una de sus clases. Por ejemplo, pregunte:

- ¿Qué harían si quisieran obtener una C en su clase de Inglés? (Los estudiantes deberían responder: hacer la tarea de vez en cuando, no estudiar para los exámenes).
- ¿Qué harían si quisieran obtener una A? (Los estudiantes deberían responder: estudiar mucho, hacer la tarea, etc.).

Enumere las respuestas en la pizarra. Dedique unos minutos a hacer observaciones sobre las similitudes y diferencias entre las listas.

Señale que, en cada caso, los estudiantes mencionaron realizar acciones específicas para alcanzar una meta determinada. Señale también que, en cada caso, el resultado o la consecuencia de las acciones fue diferente, pero no fue una casualidad o una sorpresa.

Díales que, en esta lección, hablarán sobre el significado y la importancia de las metas, y sobre cómo adoptar medidas específicas para alcanzar una meta.

Parte I ¿Ruido o no? (20 minutos)

Propósito: los estudiantes reconocen la importancia de tener metas.

1. Los estudiantes se preparan para la actividad.

Explique que la clase realizará un experimento. Divida la clase en cuatro grupos y pida a los miembros de cada grupo que se sienten juntos. Luego, lea las siguientes instrucciones mientras ejemplifica cada una de ellas:

- Los miembros del grupo 1 emitirán sonidos golpeando con fuerza los pies contra el suelo, primero un pie y luego el otro.
- Los miembros del grupo 2 emitirán sonidos chasqueando los dedos continuamente.
- Los miembros del grupo 3 golpearán las manos contra los muslos.
- Los miembros del grupo 4 se frotarán las manos.
- A la cuenta de tres, los cuatro grupos comenzarán a emitir sus sonidos y continuarán hasta que diga basta.

2. Los estudiantes crean sonidos.

Concédales aproximadamente 30 segundos para que emitan sus sonidos. Intente no demostrar ninguna reacción sobre lo que está sucediendo. Sin embargo, si los sonidos comienzan a sentirse cada vez menos o se detienen, dígales que continúen. Cuando se acabe el tiempo, pídales que se detengan.

3. Los estudiantes reflexionan sobre su experiencia.

Involucre a los estudiantes en un debate sobre lo que acaban de hacer preguntándoles:

- ¿Cuál fue el objetivo de esta actividad? (*Emitir diferentes sonidos*).
- ¿Qué creen que hemos logrado durante esta actividad? (*Algunos estudiantes pueden responder que algo que lograron fue hacer mucho ruido. Si algunos argumentan que compusieron música, señale que la música suele componerse a partir de un patrón, o combinando ritmos y sonidos, y anímelos a analizar si sus sonidos podrían llamarse realmente música*).

Diga: "Siguieron muy bien mis indicaciones. Pero al hacerlo, no logramos absolutamente nada porque no teníamos una meta significativa en mente cuando comenzamos. Veamos qué ocurre si utilizamos los ruidos para crear el sonido de una lluvia torrencial".

4. Los estudiantes repiten la actividad, esta vez con una meta en mente.

Explique que, para emitir el sonido de una lluvia torrencial, los estudiantes emitirán los mismos sonidos, pero de manera diferente. Dígales que esta vez hará de director de orquesta. Hará uno de los sonidos y, a continuación, señalará a un grupo. Ese grupo debe repetir el sonido y seguir haciéndolo hasta que usted les indique un sonido nuevo. Recuérdeles que observen con cuidado sus instrucciones y luego haga lo siguiente en silencio:

- Frótese las manos y señale al grupo 1. Repita estas acciones para el grupo 2, luego para el grupo 3 y finalmente para el grupo 4.
- Chasquee los dedos y señale solo al grupo 1. Los demás grupos deben continuar frotándose las manos.
- Mientras chasquea los dedos, señale al grupo 2, luego al grupo 3 y finalmente al grupo 4. (Ahora todos deberían chasquear los dedos, lo que debería sonar como gotas de lluvia golpeando el suelo).
- Golpee los muslos con sus manos y señale a cada grupo uno por vez.
- Golpee con fuerza los pies contra el suelo y señale a cada grupo uno por vez. (Ahora debería sonar como una verdadera lluvia torrencial).
- Invierta el orden de las acciones (golpear los muslos, dar un chasquido, frotar las manos) para que parezca que la tormenta se detiene.

5. Los estudiantes comparan y contrastan las actividades.

Llame a voluntarios para que describan la diferencia entre las dos versiones de la actividad que acababan de realizar. Guíelos para que comprendan que la segunda vez, el grupo tenía un objetivo o meta definido en mente, y emitieron sonidos en un orden específico y en un momento determinado para lograr esa meta.

Explique que las metas son importantes porque proporcionan un motivo para hacer las cosas. Las metas significativas dan enfoque y dirección a la vida de las personas. Ayudan a las personas a alcanzar sus objetivos y les permiten hacer realidad sus sueños.

Parte II Características (20 minutos)

Propósito: los estudiantes aprenden que las metas significativas deben ser personales y realistas.

1. Los estudiantes definen "meta".

Pida a voluntarios que expliquen lo que la palabra "meta" significa para ellos. Escriba sus ideas en la pizarra. Pida a un voluntario que busque la palabra en un diccionario, y lea en voz alta las definiciones y los sinónimos de la palabra.

Mediante el debate, guíelos para que redacten su propia definición y se enfoquen en los sinónimos que les parezcan significativos. (*Los estudiantes deben responder que una meta es algo que quieren lograr en un momento determinado. Los sinónimos podrían ser "objetivo", "propósito" y "finalidad"*). Escriba los resultados en la pizarra y sugiera que los estudiantes tomen nota de ellos. Tome nota usted mismo de los resultados para consultarlos en el próximo período de clase.

2. Los estudiantes reconocen que las metas son personales.

Pídales que recuerden el debate sobre los sueños que tuvieron antes en el curso. Si los estudiantes guardan su trabajo en carpetas, pídales que busquen la hoja de actividades "En el paraíso" de la lección 4 de *Inicio*, en la que hicieron dibujos que representan sus sueños. Pídales que recuerden qué dibujaron y por qué.

Recuérdelos que todos los estudiantes de la clase tienen sueños, y que estos sueños son tan diferentes entre sí como las personas que los tienen. Dígales que, al igual que sus sueños, sus metas son personales. Únicamente ellos pueden decidir cuáles deben ser sus metas, solo ellos pueden trabajar por sus metas y solo ellos pueden cambiar sus metas.

Escriba la palabra "metas" en la pizarra y dibuje un círculo alrededor de ella. Luego, dibuje cuatro líneas horizontales que salgan del círculo (dos líneas en el lado izquierdo y dos en el derecho) para crear un mapa semántico. En la línea superior izquierda, escribe la frase "son personales".

3. Los estudiantes identifican metas realistas y poco realistas.

En la línea inferior izquierda del mapa semántico, escriba la frase "son realistas". Pregúnteles qué creen que esto significa. *(Los estudiantes deben mencionar que las metas realistas son factibles o tienen muchas posibilidades de ser alcanzadas).*

Pregúnteles cuál creen que podría ser una meta poco realista. *(Los estudiantes deberían mencionar que una meta poco realista no es factible o no tiene muchas posibilidades de ser alcanzada).* A continuación, invite a voluntarios a dar algunos ejemplos de metas o expectativas poco realistas. Estimule su pensamiento dando algunos ejemplos propios:

- Seré atleta olímpico a finales de mes.
- Quiero comprarme un automóvil deportivo, pero no he ahorrado dinero.

A medida que los estudiantes respondan, pídeles que expliquen por qué estos ejemplos son poco realistas. Pídeles que sugieran cambios que harían que estas metas fueran más realistas. Ejemplifique esto adaptando sus propios ejemplos:

- Seré atleta olímpico en los próximos 10 años.
- Comprar un automóvil deportivo no es una meta realista hasta que haya ahorrado miles de dólares. Mañana abriré una cuenta de ahorros en mi banco para que, con el tiempo, pueda comprar el automóvil.

Ayúdelos a enfocarse en cambiar las metas poco realistas para que se adapten a un marco temporal razonable. Diga: "Apuntar alto no es lo mismo que ser poco realista. Por ejemplo, ¿es poco realista que una niña de 14 años a la que le gusta matemáticas quiera ser ingeniera después de graduarse de la universidad? ¡No! Ser poco realista significa que la meta no está alineada con sus valores personales, fortalezas, intereses o marco temporal".

Dirija nuevamente la atención sobre el mapa semántico de la pizarra y señale las dos líneas vacías del lado derecho del mapa. Explique que, en el próximo período de clase, los estudiantes analizarán otros dos aspectos de las metas significativas: las consecuencias y los plazos.

SESIÓN 2

Parte I Revisión (5 minutos)

En la pizarra, recree el mapa semántico que utilizó en la última sesión para anotar los diferentes aspectos de las metas. Para este período de clase, escriba la palabra "metas" y dibuje un círculo alrededor de ella. Luego, dibuje cuatro líneas que salgan del círculo.

Pida a los estudiantes que recuerden lo que aprendieron sobre las metas en el último período de clase. Desafíe a voluntarios para que se acerquen a la pizarra de a uno y escriban palabras que describan los diferentes aspectos de una meta significativa. A medida que lo hagan, dé la palabra a otros estudiantes para que se explayen sobre cada uno de los aspectos enumerados. Los estudiantes deben poder completar dos líneas con las frases "son personales" y "son realistas".

Recuérdelos que hoy explorarán otros dos aspectos de las metas significativas: las consecuencias y los plazos. Complete las dos líneas de la derecha del mapa semántico con las frases "tienen consecuencias" y "tienen plazos".

Parte II Más características (20 minutos)

Propósito: los estudiantes reconocen que las metas tienen consecuencias y deben tener plazos para ser útiles.

1. Los estudiantes reconocen la conexión entre las metas y las consecuencias.

Pídales que respondan las siguientes preguntas:

- ¿Obtener solo B o A en su boletín de calificaciones durante este período es una meta?
- ¿Faltar a clase todos los días es una meta?
- ¿Hablar con todas las personas gritándoles es una meta?

Afirme que la respuesta a cada una de estas preguntas podría ser afirmativa. Señale que estos ejemplos podrían ser metas, pero que tienen consecuencias muy diferentes. Pídales que describan qué sucedería si una persona obtuviera solo B y A, faltara a clase todos los días o gritara a todas las personas todo el tiempo.

Después de debatir las consecuencias de cada ejemplo, pídales que evalúen si la meta produjo resultados positivos o negativos.

Señale que, al establecer metas, es importante tener en cuenta sus consecuencias. Explique que establecer metas positivas dará resultados positivos y que establecer metas negativas dará resultados negativos.

2. Los estudiantes se enfocan en la importancia de los plazos.

Dirija la atención a la línea del mapa semántico con el nombre "tienen plazos". Luego, formule preguntas como las siguientes para iniciar un debate sobre los plazos y cómo motivan a las personas:

- Si tu habitación debe estar limpia antes de poder ver la televisión mañana, ¿en qué momento la limpiarás? (*Lo haré esta noche, o antes o después de ir a la escuela mañana*).
- ¿Qué determina cuándo vas a limpiar tu habitación? (*Lo determina el tiempo o el plazo en el que hay que limpiarla*).
- ¿El plazo te motiva o te anima a hacer el trabajo?
- ¿Qué pasaría si no tuvieras un plazo?

3. Los estudiantes reconocen que los plazos deben ser realistas.

Pregúnteles si pueden recordar la definición de la palabra "meta" que elaboraron durante el último período de clase. Escriba la definición en la pizarra y encierre en un círculo o añada una referencia a los marcos temporales. Por ejemplo, si su definición fue: "Una meta es algo que quieres lograr en un momento determinado", encierre en un círculo las palabras "en un momento determinado". Si su definición no mencionaba marcos temporales, añada ahora una referencia a ellos.

Haga hincapié en el hecho de que los plazos ayudan a motivar a las personas para que hagan las cosas. Reconozca que a veces es fácil perder de vista una meta si no tiene un plazo. Diga: "Si una meta es importante, establezcan un plazo para cumplirla. Luego, aprenderemos de qué manera algunas metas se deben dividir en diferentes partes, cada una con su propio plazo".

Parte III Guardameta (15 minutos)

Propósito: los estudiantes enumeran las metas y utilizan criterios específicos para evaluar su importancia.

1. Los estudiantes enumeran sus metas.

Distribuya copias de la hoja de actividades "Metas válidas". Explique que deben pensar en tres cosas que quieren lograr en la próxima semana. Proponga ideas como las siguientes:

- Piensen en las metas que pueden tener en sus clases, en las tareas que deben completar o en los exámenes que se avecinan.
- Piensen en las metas que pueden tener en casa, los proyectos en los que están trabajando o las tareas domésticas de las que se encargan.
- Piensen en las metas que pueden tener con sus amigos, en las relaciones actuales que necesitan trabajar o en las nuevas que les gustaría comenzar.

2. Los estudiantes evalúan sus metas.

Cuando hayan terminado de enumerar tres de sus metas, pídeles que revisen cada una de ellas y las evalúen según los siguientes criterios:

- ¿Es una meta personal? ¿Significa algo para ti? ¿Es algo que quieres lograr?
- ¿Es una meta realista? ¿Está alineada con tus valores, fortalezas y expectativas?
- ¿Sus consecuencias son positivas? ¿Darán lugar a algo que quieres lograr?
- ¿Tiene un plazo? ¿Puede lograrse de manera realista en el tiempo que has establecido?

Pídeles que escriban sí o no en respuesta a cada pregunta en las columnas centrales de la hoja de actividades.

3. Los estudiantes revisan sus metas para que tengan sentido.

Dídeles que, si han respondido que no a alguna pregunta sobre una meta, deben completar la columna de la derecha de la hoja de actividades. Pueden explicar que la meta no es importante o poco realista, y que renunciarán a ella, o pueden adaptarla para que cumpla los criterios de una meta significativa.

Circule entre los estudiantes mientras trabajan, respondiendo las preguntas, u ofreciendo sugerencias y aliento cuando sea necesario. Tenga cuidado de no emitir juicios respecto a las metas que los estudiantes enumeran.

Conclusión (3 minutos)

Pídeles que nombren los aspectos distintivos de una meta significativa. Pídeles que expliquen el impacto que tendrá establecer metas a la hora de hacer realidad sus sueños. Obtenga los siguientes **puntos clave** que se enseñaron en esta lección:

- Las metas significativas son personales y realistas: deben reflejar sus valores, fortalezas e intereses.
- Las metas positivas tendrán consecuencias positivas.
- Establezcan plazos que los motiven a alcanzar sus metas y hacer realidad sus sueños.

Evaluación del estudiante

SESIÓN 1

1. ¿Por qué algunas metas son importantes?
2. Da un ejemplo de una meta realista y un ejemplo de una meta irreal.

SESIÓN 2

1. Define "meta personal".
2. Da un ejemplo de una meta significativa. ¿Qué hace que esta meta sea significativa?
3. ¿Por qué los plazos son una parte fundamental del proceso de establecimiento de metas?

EXTENSIONES DE LECCIÓN

Usar citas

"La tragedia en la vida no radica en no alcanzar tus metas. La tragedia radica no tener meta alguna que alcanzar". -Dr. Benjamin Mays

Analicen juntos esta cita. Indique a los estudiantes que expliquen por qué están de acuerdo o en desacuerdo. Como clase, compartan ideas sobre las maneras en que tener metas puede conducir a tener una vida más gratificante.

Abordar múltiples estilos de aprendizaje

Pida a los estudiantes que creen tótems que muestren sus metas. Pídales que peguen una base de cartón a un tubo vacío de toallas de papel. Para contar la historia de sus metas pueden pegar pequeños dibujos y objetos, fragmentos de noticias, etc.

Pida a los estudiantes que expliquen el significado de sus tótems en grupos pequeños.

Escribir en el diario

Pida a los estudiantes que escriban sobre una meta que hayan tenido cuando eran más jóvenes. ¿Lo lograron? ¿Por qué sí o por qué no?

Haga que los estudiantes compartan sus trabajos escritos con un compañero. Si no lograron su meta, ¿vale la pena seguir adelante? ¿Cómo podrían redefinir la meta para hacerla alcanzable?

Usar tecnología

Haga que los estudiantes utilicen Internet para localizar artículos de noticias en los que personas, equipos deportivos, grupos políticos o países anuncien sus metas.

Pida a los estudiantes que evalúen estas metas en grupos pequeños para ver si son realistas, tienen consecuencias positivas e incluyen plazos. Pida a los estudiantes que creen gráficos para mostrar su trabajo.

Tarea

Haga que los estudiantes escriban una carta a alguien a quien admiren para pedirle consejo sobre cómo lograr las metas.

Analicen juntos las cartas en clase y pida a los estudiantes que las envíen por correo.

Recursos adicionales

Comparta dos historias de éxito de Speaker's Sourcebook II de Glenn Van Ekeren: "Master of Music Trivia", que trata sobre el ascenso a la fama de Casey Kasem como presentador de *American Top 40* y "The Cookie Kid", que trata sobre Markita Andrews, vendedora de 30.000 cajas de galletas Girl Scout Cookies.

Pida a los estudiantes que identifiquen la meta de cada persona y cómo la lograron.

METAS VÁLIDAS

Enumera tres metas en la columna de la izquierda. Responde sí o no para cada pregunta para evaluar cada meta en forma individual. Si alguna vez respondes “no” a alguna, corrige la meta para que sea válida.

Metas	¿Es personal?	¿Es realista?	¿Las consecuencias son positivas?	¿Tiene un plazo límite?	Metas corregidas
1.					
2.					
3.					

AGENDA

- Actividad inicial
- Pase por aquí
- Desglose
- En camino
- Conclusión
- Evaluación del estudiante

Objetivos

Los estudiantes reconocerán que las metas a largo plazo se pueden dividir en una serie de pasos o metas más pequeñas.

Los estudiantes identificarán las metas a corto y mediano plazo y tomarán conciencia de su importancia para alcanzar las metas a largo plazo.

Los estudiantes establecerán metas intermedias para sí mismos.

Materiales necesarios

- Una copia de la hoja de actividades "Pase por aquí" para cada grupo de tres a cuatro estudiantes (antes de la clase, corte la hoja de actividades en un conjunto de seis cuadrados. Necesitará un conjunto para cada grupo de estudiantes). (Parte I)
- Dos copias de la hoja de actividades "En tu recorrido" para cada estudiante (Parte III)

Actividad inicial (3 minutos)

Pídales que levanten la mano si alguna vez han tomado un autobús para ir a un lugar determinado. Luego, diga: "Imagínense que están en un autobús y el conductor anuncia: 'Señoras y señores, no sé exactamente a dónde voy, pero voy a dar una vuelta. Si paso cerca de donde quieren bajarse, avísenme'". Después de que hayan imaginado la situación, pregunte:

- ¿Querrían estar en este autobús?
- ¿Qué piensan de este conductor de autobús?
- Diga: "Hoy hablaremos de lo importante que es elaborar un plan que los ayude a llegar a donde quieren".

Parte I Pase por aquí (20 minutos)

Propósito: los estudiantes reconocen que las metas a largo plazo se pueden dividir en una serie de pasos o metas más pequeñas.

1. Los estudiantes se preparan para la actividad.

Divida la clase en grupos de tres o cuatro estudiantes. Entregue a cada grupo un conjunto de cuadrados de la hoja de actividades "Pase por aquí". Mezcle el orden de los cuadrados antes de dar a cada grupo su conjunto. Explique que cada grupo tiene un conjunto de piezas de rompecabezas y que deben hacer lo siguiente:

- Colocar los cuadrados en un orden que les permita alcanzar una meta final.
- Probar distintas maneras de organizarlos antes de tomar una decisión.
- Numerar los cuadrados en orden del uno al seis, donde el seis es la meta a largo plazo.

2. Los estudiantes determinan los pasos en una secuencia.

Circule entre los estudiantes mientras trabajan. Si tienen dificultades para secuenciar sus cuadrados, sugiera que comiencen por el final enumerando e identificando primero la meta a largo plazo (por ejemplo, "ser elegido para el equipo de baloncesto").

Cuando hayan terminado de trabajar, invite a los miembros de cada grupo a compartir sus resultados con la clase. Mediante el debate, guíelos para que establezcan esta secuencia de eventos:

1. Decidir que quieres estar en el equipo de baloncesto.
2. Comenzar a practicar y averiguar cuándo son las pruebas.
3. Buscar a alguien que pueda ayudarte a mejorar las habilidades con las que tienes problemas.
4. Alimentarte bien e intentar descansar mucho la semana antes de la prueba.
5. Ir a la prueba para el equipo de baloncesto.
6. Ser elegido para el equipo de baloncesto.

3. Los estudiantes reflexionan sobre la actividad.

Ejemplifique una evaluación de esta meta a largo plazo reforzando verbalmente los criterios que los estudiantes hayan utilizado con anterioridad. Pídales que identifiquen cada uno de los criterios que usted utiliza. Podría decir lo siguiente:

- Si realmente me gustara jugar al baloncesto, querría estar en el equipo (*personal*).
- Esta meta es algo por lo que podría trabajar y lograr en el futuro (*realista*).
- Me gustaría estar en el equipo de baloncesto y participar en otras actividades (*consecuencias*).
- Podría prepararme para ello durante el próximo año (*marco temporal/plazos*).

Señale que todas las metas a largo plazo se pueden dividir en pasos más pequeños, y que cada uno de ellos es otra meta en sí misma. Explique que las metas a largo plazo a veces pueden parecer imposibles de alcanzar porque están muy lejos en el futuro, pero elaborar un plan para alcanzar un sueño puede ayudar a que se haga realidad.

Parte II Desglose (15 minutos)

Propósito: los estudiantes identifican metas a corto y mediano plazo, y toman conciencia de su importancia para alcanzar metas a largo plazo.

1. Los estudiantes evalúan otra meta a largo plazo.

En la pizarra, dibuje cinco casillas grandes en fila, unidas entre sí con flechas de izquierda a derecha. En la última casilla de la derecha, escriba: "Comprar un teléfono nuevo".

Pídales que evalúen esta meta y decidan si es válida. Si es necesario, pídales que añadan un plazo o marco temporal (por ejemplo, en el verano). A continuación, arriba de la casilla, escriba "meta a largo plazo".

2. Los estudiantes elaboran un plan para alcanzar la meta.

Invite a la clase a compartir ideas sobre un plan de acción para lograr esta meta. Guíelos para que formulen una serie de pasos y los escriban en las casillas que ha dibujado en la pizarra. Anímelos a que borren y reordenen el orden de los pasos a medida que avanzan con el plan. Si es necesario, añada una o dos casillas más. Sin embargo, mediante preguntas y comentarios, ayúdelos a que su plan sea breve y práctico. El plan final puede ser similar al siguiente:

- Hablar con los padres.
- Buscar modelos y precios.
- Elegir el que quiero.
- Ganar dinero y ahorrarlo.

3. Los estudiantes identifican metas a corto y a mediano plazo.

Señale que acaban de elaborar un plan de acción estableciendo metas intermedias. Explique que existen tres tipos diferentes de metas intermedias:

- Metas a corto plazo, que son pasos que quieren dar en un marco temporal breve (por ejemplo, hoy, mañana o en la próxima semana).
- Metas a mediano plazo, que son pasos que llevarán un poco más de tiempo (por ejemplo, una semana, un mes o más).
- Metas a largo plazo, que son las que esperan lograr en el futuro (por ejemplo, comprar los patines o ser parte del equipo de baloncesto el próximo año).

Pídales que identifiquen en la pizarra qué pasos de su plan son metas a corto plazo, y escriba el nombre de esas casillas. A continuación, haga lo mismo con las metas a mediano plazo.

Dígales que siempre que tengan ganas de renunciar a una meta a largo plazo, deben elaborar un plan con metas intermedias. El plan les servirá de guía. Los ayudará a encontrar la manera de hacer lo que desean hacer. Recuérdeles que, si necesitan obtener información para elaborar un plan, lo único que tienen que hacer es preguntar.

Parte III En camino (10 minutos)

Propósito: los estudiantes establecen metas intermedias para sí mismos para comenzar a trabajar en una meta a largo plazo.

1. Los estudiantes se preparan para la actividad.

Distribuya una copia de la hoja de actividades "En tu recorrido" a cada estudiante. Concédales tiempo para que lean las instrucciones. Luego, responda las preguntas que podrían tener. Dígalos que tal vez no necesiten utilizar los seis recuadros del gráfico: deben utilizar los que requiera su meta.

Para impulsarlos a pensar en sus metas, sugiéralos que busquen en sus carpetas la hoja de actividades "En el paraíso" de la lección 4 de Inicio, que ilustra uno de sus sueños. Además, deben revisar la hoja de actividades "Metas válidas" que completaron en el último período de clase. También podría sugerirles que reflexionen sobre las cosas que les gustaría lograr en el futuro en casa, en la escuela, en los deportes, durante el verano, en la escuela secundaria o cuando sean adultos.

2. Los estudiantes trabajan de manera independiente para establecer y evaluar sus metas.

Antes de que comiencen a trabajar, recuérdelos que deben evaluar sus metas y asegurarse de que sean válidas. Mientras trabajan, circule por el salón y asegúrese de que hayan establecido metas adecuadas. Está atento a las metas poco realistas o imposibles de alcanzar. Formulando preguntas u ofreciendo comentarios, ayúdelos a modificar o cambiar esas metas.

Si el tiempo lo permite, invítelos a compartir sus metas y los pasos que establecieron para alcanzarlas. Luego, distribuya las copias restantes de la hoja de actividades "En tu recorrido" y sugiéralos que guarden estas copias en sus carpetas para completarlas la próxima vez que quieran establecer una meta nueva.

Conclusión (2 minutos)

Pídales que expliquen el concepto de metas intermedias. Obtenga los siguientes **puntos clave** que se enseñaron en esta lección:

- Toda meta a largo plazo, incluso la que parece imposible al principio, consiste en metas más pequeñas que se pueden alcanzar de una a la vez.
- Elaboren planes intermedios para alcanzar las metas y los sueños a largo plazo.

Evaluación del estudiante

1. Define "meta a corto plazo". Den un ejemplo.
2. Define "meta de mediano alcance". Den un ejemplo.
3. Define "meta a largo plazo". Den un ejemplo.

EXTENSIONES DE LECCIÓN

Usar citas

"Un viaje de mil millas comienza con un primer paso". -Lao Tzu

Pida a los estudiantes que investiguen artículos de interés en Guinness World Records y sugieran cuál podría ser el "primer paso" para batir estos récords. Como clase, analicen cómo estas metas tan grandes pueden parecer aterradoras, pero son manejables cuando se dividen en pasos más pequeños.

Abordar múltiples estilos de aprendizaje

Haga que los grupos de estudiantes trabajen para crear poemas o canciones sobre la importancia de una o más metas intermedias y las metas a largo plazo a las que las metas intermedias podrían conducir en última instancia.

Pida a los estudiantes que interpreten sus poemas/canciones para la clase.

Escribir en el diario

Pida a los estudiantes que lleven un diario de logros y retrocesos a medida que trabajan hacia la meta deseada.

Haga que cada estudiante compare notas con un compañero.

Usar tecnología

Busque en Internet para encontrar historias sobre los proyectos de otros estudiantes (para ver ejemplos, visite blog.prepscholar.com/129-examples-of-community-service-projects).

Haga que los estudiantes seleccionen un proyecto e identifiquen sus metas a corto, mediano y largo plazo.

Tarea

Pida a cada estudiante que cree un collage que ilustre las metas intermedias que llevaron a una persona conocida a donde se encuentra hoy.

Recursos adicionales

Muestre la película *The Miracle Worker*, que retrata la historia de Helen Keller y su maestra, Anne Sullivan.

Pida a pequeños grupos de estudiantes que creen organizadores que muestren las metas fundamentales que llevaron a Helen Keller desde el reconocimiento de una sola palabra hasta la graduación universitaria y más allá.

PASE POR AQUÍ

Decidir que
quieres estar en
el equipo de baloncesto.

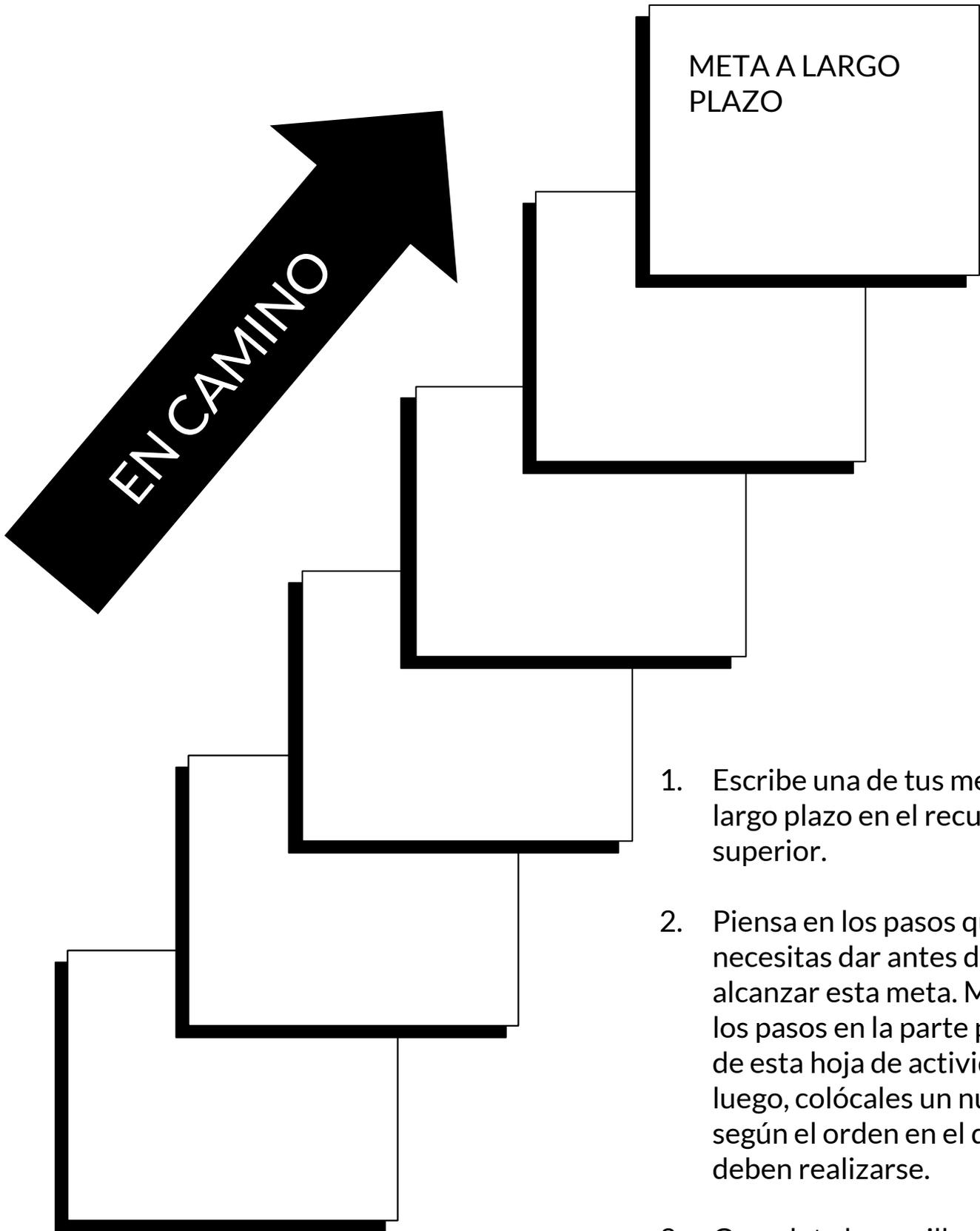
Alimentarte bien y
asegurarte de descansar
mucho durante la
semana antes de las
pruebas.

Buscar a alguien que
pueda ayudarte a
mejorar las habilidades
con las que tienes
problemas.

Ser elegido para el
equipo de baloncesto.

Comenzar a practicar
y averiguar cuándo
son las pruebas.

Ir a la prueba para el
equipo de baloncesto.



1. Escribe una de tus metas a largo plazo en el recuadro superior.
2. Piensa en los pasos que necesitas dar antes de poder alcanzar esta meta. Menciona los pasos en la parte posterior de esta hoja de actividades y, luego, colócales un número según el orden en el que deben realizarse.
3. Completa las casillas con las metas escalonadas que te ayudarán a alcanzar tu meta.

AGENDA

- Dejar a medias
- El obstáculo de 15 letras
- ¿Cuál es mi calificación?
- Conclusión
- Evaluación del estudiante

Objetivos

Los estudiantes definirán "procrastinación".

Los estudiantes reconocerán que actuar es un paso necesario para alcanzar una meta.

Los estudiantes identificarán los obstáculos personales que les impiden tomar medidas y, a continuación, planificarán cómo actuar para alcanzar una meta inmediata.

Materiales necesarios

- Papel de dibujo, lápices y lápices o marcadores de colores para cada estudiante (Parte I)
- Un diccionario (Parte II)
- Una copia de la hoja de actividades "Encuesta personal" para cada estudiante (Parte III)

Parte I Dejar a medias (15 minutos)

Propósito: los estudiantes manifiestan su comprensión del concepto de procrastinación y reconocen que tomar medidas es un paso necesario para alcanzar una meta.

1. Los estudiantes se preparan para la actividad.

Explíqueles que van a crear historietas. En primer lugar, trabajarán juntos durante aproximadamente cinco minutos para generar ideas. Después, trabajarán de manera individual o con un compañero para crear sus historietas.

Decida si trabajarán juntos en clase o en grupos más pequeños para la primera parte de esta actividad.

2. Los estudiantes comparten ideas para sus historietas.

Desafíelos a pensar en ejemplos de procrastinación que podrían ilustrarse en forma de historieta. Díales que el título de sus historietas será "Dejar a medias".

Para estimular ideas, sugiérales que piensen en algunas consecuencias de no completar un plan de acción. Podría comenzar la lluvia de ideas usted mismo dando ejemplos como los siguientes:

- Una historieta sobre los tres pájaros sentados en un árbol se podría ilustrar en dos viñetas. La primera viñeta podría mostrar a tres pájaros sentados en una rama. Uno de los pájaros dice: "Tengo que irme ahora mismo". Otro pájaro dice: "Yo también". Un reloj en el árbol marca la 1:00. La siguiente viñeta podría mostrar los mismos tres pájaros exactamente en el mismo lugar, pero el reloj ahora marca las 3:00.
- Podrían dibujar una historieta de una sola viñeta con el dibujo de un rostro cubierto de cabello. La persona dice: "Pensaba cortarme el cabello hace unas semanas".
- Podrían dibujar una historieta de una sola viñeta en la que aparezca un teleadicto frente al televisor diciendo: "Realmente quiero obtener una A en el proyecto que tengo que entregar mañana".

3. Los estudiantes dibujan sus historietas.

Circule entre los estudiantes mientras trabajan y anime a aquellos que al parecer tienen dificultades para trabajar en grupo. Un estudiante al que le guste dibujar o que dibuje bien, por ejemplo, podría formar equipo con alguien que sea mejor generando ideas o escribiendo pies de foto.

Cuando finalicen, invítelos a exponer sus historietas en el salón de clases.

Parte II El obstáculo de 15 letras (15 minutos)

Propósito: los estudiantes desarrollan una definición de "procrastinación".

1. Los estudiantes definen "procrastinación".

Escriba el verbo "procrastinar" en la pizarra. Pídales que debatan en grupo y formulen una definición de la palabra. Pida a voluntarios que escriban ideas en la pizarra y que luego las resuman en forma de definición.

Al mismo tiempo, pida a un voluntario que busque la palabra en el diccionario y lea la definición en voz alta a la clase. (Merriam-Webster define "procrastinar" como "posponer de manera intencional algo que se debería hacer"). Desafíelos a considerar la definición del diccionario teniendo en cuenta su propia definición y a realizar los cambios que consideren adecuados.

2. Los estudiantes se enfocan en el significado de "procrastinación".

Desafíelos a pensar en sinónimos de "procrastinar". Anímelos a hilar ideas para generar una larga lista de palabras. Su lista podría incluir: "retrasar", "posponer", "aplazar", "diferir", "prorrogar", "postergar", "archivar", "suspender", "demorar", "esperar" o "evitar".

Ayúdelos a hacer observaciones sobre la lista preguntándoles qué parecen tener en común todas estas palabras. (*Todas ellas se refieren a evitar una acción*).

Dirija la atención a la pizarra mientras señala que "procrastinar" es un verbo. Luego, pregunte:

- ¿Qué es un verbo? (*Los estudiantes deben decir que un verbo es una palabra de acción*).
- ¿Qué verbo ilustran todas sus historietas? (*Los estudiantes deben decir que ilustran el verbo "procrastinar"*).
- ¿De qué manera ilustran estas historietas el significado de este verbo? Elija una opción para analizar.
- ¿Creen que procrastinar nos ayuda a alcanzar nuestras metas? Expliquen su respuesta.

Borre la letra "r" al final de "procrastinar" y añada el sufijo "-ción". Pídales que pronuncien la palabra y la definan. (*Los estudiantes deben decir que significa "la acción de procrastinar"*). Diga: "La procrastinación es un obstáculo de 15 letras. Impide que las personas alcancen sus metas".

3. Los estudiantes reflexionan sobre cómo actuar.

Dirija la atención de los estudiantes a la lista de sinónimos de la pizarra. Desafíelos a elaborar una lista de antónimos de "procrastinar". Su lista podría incluir "actuar", "hacer", "ir", "moverse", "trabajar", "jugar", "dirigir", "hacer funcionar", "producir", "usar", "completar", "dedicarse a", "llevar a cabo" o "alcanzar".

Señale que la acción de establecer metas es solo el comienzo: es necesario hacer algo al respecto. Diga: "Pueden crear el mejor plan de acción del mundo. Pueden establecer las metas más realistas con los plazos más realistas y observar el éxito de inmediato. Pero si no hacen nada, si no acaban lo que empiezan, no lograrán nada".

Parte III ¿Cuál es mi calificación? (15 minutos)

Propósito: los estudiantes identifican los obstáculos personales que les impiden tomar medidas y, a continuación, planifican cómo actuar para alcanzar una meta inmediata.

1. Los estudiantes evalúan su capacidad para seguir sus metas hasta el final.

Díales que completarán un cuestionario que los ayudará a comprobar qué tan bien cumplen sus metas. Mientras distribuye copias de la hoja de actividades "Encuesta personal", asegúreles que sus respuestas serán confidenciales y que no pedirá a nadie que comparta la información de esta hoja de actividades con la clase.

Recuérdelos que guarden estas hojas de actividades en sus carpetas. Sugiera que cuando se sientan desanimados con respecto a sus metas, vuelvan a consultar esta encuesta.

2. Los estudiantes vuelven a evaluar sus metas y planifican actuar.

Pídales que saquen sus copias de la hoja de actividades "Metas válidas" que completaron en la lección 1 de este módulo. Pídales que revisen la lista de cosas que querían lograr esa semana.

Pida que levanten la mano quienes hayan logrado las tres metas enumeradas en su hoja de actividades. Sugíérales que se tomen el tiempo para felicitarse por un trabajo logrado o para seleccionar una meta en la que trabajar ahora. Díales que escriban algo que harán al final del día para lograr esta meta.

Si el tiempo lo permite, anímelos a que hablen sobre las dificultades que tienen a la hora de establecer metas o seguir planes. Guíe el debate para que se enfoquen en aconsejar y consultar a otros estudiantes en lugar de acudir a usted en busca de respuestas.

Conclusión (2 minutos)

Pídales que definan "procrastinación". Pídales que expliquen de qué manera la procrastinación puede afectar sus metas. Obtenga los siguientes **puntos clave** que se enseñaron en esta lección:

- No basta con establecer metas adecuadas. Deben acabar lo que empiezan y tomar medidas.
- La procrastinación es un obstáculo de 15 letras que puede impedir que alcancen sus metas.

Evaluación del estudiante

1. Da un ejemplo de un momento en que procrastinaste. ¿Cuáles fueron las consecuencias?
2. ¿Cuáles son algunas de las cosas que haces al procrastinar?
3. ¿Por qué es importante tomar medidas?

EXTENSIONES DE LECCIÓN

Usar citas

"La disciplina es recordar lo que quieres". -David Campbell

Pida a los estudiantes que ofrezcan ejemplos de cómo recordar sus metas podría incitarlos a evitar la procrastinación.

Abordar múltiples estilos de aprendizaje

Haga que los estudiantes trabajen en grupos pequeños para crear acrósticos de la palabra "procrastinación". Cada grupo debe escribir una estrategia para evitar la procrastinación para cada letra de la palabra (p. ej., "P" es para "poner sus metas primero").

Pida a cada grupo que comparta su acróstico con la clase.

Escribir en el diario

Pida a los estudiantes que elijan una pregunta de la hoja de actividad "Una encuesta personal" a la que respondieron que sí y que describan un incidente en el que su falta de seguimiento fue un problema. Haga que diseñen un plan para manejar la situación de manera diferente la próxima vez.

Invite a voluntarios a compartir sus escritos para obtener retroalimentación/apoyo de la clase.

Conexión matemática

Pida a los estudiantes que hagan un seguimiento durante una semana de cuánto tiempo dedican a procrastinar. Pídales que creen tablas o gráficos que enumeren sus tareas y muestren su nivel de procrastinación.

Como clase, analicen cómo la cantidad de tiempo que uno pasa procrastinando está directamente relacionada con la cantidad de estrés que uno siente cuando se ve obligado a terminar una tarea con una fecha límite que se acerca rápidamente.

Tarea

Pida a los estudiantes que escriban un artículo de una página sobre un logro que ellos u otra persona hayan logrado en la escuela o en su comunidad. Es posible que los estudiantes quieran incluir citas, fotos o dibujos sobre el logro.

Haga que los estudiantes compartan sus artículos como informes orales o que los incluyan en un periódico de la clase.

Recursos adicionales

Pida a los estudiantes que lean "The Circuit," un cuento de Francisco Jimenez. El narrador de la historia, un trabajador migrante de sexto grado, descubre que sus sueños para el futuro se ven comprometidos por el ciclo de la cosecha.

Haga que la clase debata las metas del narrador y los obstáculos que enfrenta para alcanzarlas.

ENCUESTA PERSONAL

Cuando dices “lo haré”, pero luego no lo haces , se debe a que...	No		Sí	
	Nunca	A veces	A menudo	Siempre
1. ¿Tienes miedo de no ser lo suficientemente bueno?				
2. ¿Un familiar hablará mal de ti?				
3. ¿Solo querías satisfacer a alguien más?				
4. ¿Tus amigos pensarán que te volviste raro?				
5. ¿Ya dijiste que “harías” demasiadas cosas?				
6. ¿Tienes problemas para decir que no a algunas personas?				
7. ¿No estás seguro de poder lograrlo?				
8. ¿Querías hacerlo, pero nadie más quería que lo hicieras?				
9. ¿No querías hacerlo en primer lugar?				
10. ¿Simplemente te rendiste?				

Si respondiste “Sí” para cinco o más preguntas, hay muchas posibilidades de que seas bastante duro contigo mismo. No seas tan exigente y deja de preocuparte tanto acerca de lo que piensan los demás. ¡Tu opinión también cuenta! Ten un poco más de confianza en ti mismo.

Si respondiste “No” para cinco o más preguntas, continúa así! Es posible que quieras controlar que tu lado más competitivo no se apodere de ti.

AGENDA

- Actividad inicial
- El laberinto
- La palabra mágica
- Haz un nuevo plan, Stan
- Conclusión
- Evaluación del estudiante

Objetivos

Los estudiantes reconocerán que no tienen que renunciar a una meta cuando tienen obstáculos o dificultades.

Los estudiantes definirán "perseverancia" y debatirán su importancia.

Los estudiantes revisarán las metas intermedias para superar un obstáculo y alcanzar una meta.

Materiales necesarios

- Una copia de la hoja de actividades "El laberinto" para cada estudiante (Parte I)
- Un rollo de cinta adhesiva con la que pueda duplicar el laberinto en el piso del salón de clases (Parte I)

Actividad inicial (3 minutos)

Dé a los estudiantes uno o dos ejemplos de personajes de ficción que ejemplifiquen el concepto de perseverancia. Elija personajes de libros, películas o televisión que sus estudiantes conozcan bien en la actualidad. Pídeles que digan lo que saben de los personajes antes de dar su opinión. Ayúdelos para llegar a las respuestas que indiquen los obstáculos que superaron los personajes.

Explique que, en la clase de hoy, aprenderán que no tienen que renunciar a algo que es importante para ellos solo porque se les presentó un obstáculo. Pueden encontrar maneras de sortearlo para seguir adelante con su meta.

Parte I El laberinto (20 minutos)

Propósito: los estudiantes reconocen que no tienen que renunciar a una meta cuando tienen obstáculos o dificultades.

1. Prepare la actividad.

Antes de la clase de hoy, recree la hoja de actividades "El laberinto" en el piso del salón con cinta adhesiva protectora. El laberinto debe ser lo suficientemente grande para que los estudiantes puedan recorrerlo. En una hoja de papel, escriba la palabra "Comienzo" y dibuje una flecha con un marcador de color. Luego, pegue el papel en el piso en la entrada del laberinto. En otra hoja de papel, escriba la palabra "Final" y péguela en el suelo a la salida del laberinto.

2. Los estudiantes recorren el laberinto.

Llame a voluntarios para que recorran el laberinto. Permita que los estudiantes lo recorran, uno a la vez. Haga comentarios solo para mantener el orden o para acelerar el proceso. Anime a la mayor cantidad posible de estudiantes a participar, aunque la mayoría descubrirá el camino correcto después de que unos cuantos voluntarios lo hayan recorrido.

Mientras trabajan, observe cómo reaccionan cuando se encuentran con un callejón sin salida en el laberinto, ¿abandonan o retroceden y siguen intentándolo? Observe también cómo reaccionan los demás estudiantes cuando esto sucede, ¿les ofrecen ánimo o ayuda?

3. Los estudiantes hacen observaciones sobre la actividad.

Anímelos a hacer observaciones sobre esta actividad formulando preguntas y haciendo comentarios según sus propias observaciones. Podría preguntar:

- ¿Por qué fue difícil realizar esta actividad al principio?
- ¿Por qué les resultó más fácil después?
- ¿Pudieron todos los estudiantes llegar al final con éxito?
- ¿Cómo reaccionaron cuando se encontraron con un callejón sin salida? ¿Qué opciones tenían?
- ¿Cómo reaccionó el resto de la clase?
- ¿Tener un poco de ánimo los motivó a seguir adelante?

Asegúrese de que hayan expresado que todos pudieron atravesar el laberinto y que quienes no se rindieron tuvieron éxito.

Parte II La palabra mágica (10 minutos)

Propósito: los estudiantes definen "perseverancia" y debaten su importancia.

1. Los estudiantes definen "perseverancia".

Escriba el verbo "perseverar" en la pizarra. Pídales que analicen y formulen una definición de "perseverar". Pida a voluntarios que escriban ideas y definiciones en la pizarra.

Al mismo tiempo, pida a un estudiante que busque la palabra en el diccionario y lea las definiciones en voz alta a la clase. (Merriam-Webster define "perseverar" como "persistir en un propósito, iniciativa o tarea a pesar de las dificultades, la oposición o el desánimo"). Desafíelos a considerar la definición del diccionario teniendo en cuenta su propia definición y a realizar los cambios que consideren adecuados.

Pregúnteles si creen que la perseverancia los ayudaría a alcanzar sus metas. Pida a algunos que expliquen sus respuestas.

2. Los estudiantes reflexionan sobre los obstáculos a los que podrían enfrentarse cuando se esfuerzan por alcanzar una meta.

Señale que nadie puede predecir con exactitud el futuro, por lo que es difícil saber exactamente lo que podría ocurrir cuando elaboramos un plan de acción para alcanzar una meta a largo plazo. Explique que, cuando se encuentren con un obstáculo, su primera reacción no debe ser la de rendirse, sino perseverar, seguir intentándolo.

Invítelos a compartir ideas sobre los factores que podrían convertirse en dificultades u obstáculos para alcanzar una meta a largo plazo. Aliéntelos a mencionar obstáculos como los siguientes:

- **Tiempo:** es posible que una meta intermedia les lleve más tiempo del que pensaban, o que haya otros pasos que deban dar y que no conocían al principio.
- **Gastos:** es posible que algo cueste más de lo que habían previsto o que puedan necesitar cosas que ni siquiera conocían al principio.
- **Interés:** puede que pierdan el interés durante un tiempo o que decidan hacer otra cosa temporalmente.
- **Enfermedad:** puede que se enfermen o que tengan que posponer todo por un tiempo debido a un problema de salud.
- **Distracciones:** pueden tener amigos que los distraigan de sus metas.
- **Otros cambios:** su familia puede mudarse, pueden cambiarse de escuela o las personas que son importantes para su plan pueden dejar de participar por alguna razón.

Mediante el debate, ayúdelos a reflexionar sobre la idea que pueden superar estos obstáculos revisando sus metas intermedias o elaborando un plan de acción nuevo. Recuérdeles que, si perseveran, superarán los obstáculos y tendrán éxito.

Parte III Haz un nuevo plan, Stan (15 minutos)

Propósito: los estudiantes revisan metas intermedias para superar un obstáculo y alcanzar una meta.

1. Los estudiantes establecen metas intermedias.

Divida la clase en grupos de cuatro o cinco estudiantes. Asigne una meta a largo plazo a cada grupo y pídale que elaboren un plan para alcanzarla. Elija metas como las siguientes:

- Entrar en un equipo deportivo estudiantil en su segundo año de la escuela secundaria.
- Conseguir el papel principal en la obra de teatro de la escuela esta primavera.
- Cantar y tocar en una banda de rock algún día.
- Asistir a la universidad.

Concédales aproximadamente cinco minutos para que elaboren un plan de acción para alcanzar su meta.

2. Los estudiantes revisan sus planes.

Una vez que hayan completado sus planes, explique que se les ha presentado un obstáculo. Sugiera que superen los siguientes obstáculos:

- Entrás en el equipo estudiantil, pero te fracturas el tobillo el verano anterior a tu segundo año de escuela secundaria.
- Consigues el papel principal en la obra de teatro, pero te da laringitis.
- Perteneces a una banda cuyos miembros no saben tocar muy bien su instrumento.
- Asistes a la universidad, pero debes ganar más dinero para pagar la matrícula.

Anímelos a elaborar planes de acción nuevos en función de las dificultades que tuvieron. Concédales otros cinco minutos para elaborar sus planes nuevos.

Cuando hayan finalizado, invite voluntarios de cada grupo para que compartan sus planes de acción nuevos con la clase. Anime a los demás estudiantes a ofrecer sugerencias adicionales para superar los obstáculos presentados a cada grupo.

Conclusión (2 minutos)

Pídales que expliquen cómo pueden asegurarse de que sus metas sean realistas. Pídales que definan "perseverar". Obtenga los siguientes **puntos clave** que se enseñaron en esta lección:

- Revisen su plan de acción para superar los obstáculos que se presentan en el camino a fin de alcanzar una meta a largo plazo.
- Las personas exitosas no se rinden, perseveran.

Evaluación del estudiante

1. Explica por qué la perseverancia es vital para alcanzar tus metas.
2. Describe una situación de tu vida en la que enfrentaste un obstáculo y lo superaste.
3. Piensa en un obstáculo que podría interferir entre tú y tu meta a largo plazo.
Escribe las maneras en que puedes superar o evitar este obstáculo: luego, revisa tu plan de manera que te permita alcanzar tu meta a largo plazo.

EXTENSIONES DE LECCIÓN

Usar citas

"El éxito es nada más que un fracaso con el polvo sacudido". -Mamie McCullough

Haga que los estudiantes creen carteles o collages para ilustrar esta idea.

Abordar múltiples estilos de aprendizaje

Pida a los estudiantes que creen un álbum de recortes de la clase con fotos e historias sobre cómo alcanzaron las metas y superaron los obstáculos.

Permita que los estudiantes firmen el libro para compartirlo con amigos y familiares.

Escribir en el diario

Haga que los estudiantes hagan una lista de las metas que alcanzaron la semana pasada y cómo se sintieron al hacer realidad esas metas.

Haga que los estudiantes compartan sus trabajos escritos con un compañero.

Usar tecnología

Explique a los estudiantes que J. K. Rowling fue rechazada por muchos editores antes de finalmente publicar la serie más vendida de Harry Potter. Pida a los estudiantes que usen Internet para recopilar información sobre personas de varios campos que lucharon y finalmente lograron sus metas.

Haga que los estudiantes asuman el papel de un presentador de noticias de televisión que informa sobre los fracasos de su materia (o pídale que escriban una nota publicitaria en la solapa trasera a tal efecto). Pida a los estudiantes que adivinen de quién se está hablando y qué lograron más tarde en la vida.

Tarea

Lea en voz alta el poema de Langston Hughes "Madre a hijo". En este, una madre le dice a su hijo que "la vida para mí no ha sido una escalera de cristal", aconsejándole que siga intentándolo incluso cuando la vida se torne difícil. Pida a los estudiantes que elaboren preguntas de entrevista para sus padres/tutores sobre los obstáculos que han superado.

Haga que los estudiantes realicen las entrevistas. Después de completar las entrevistas, pida a los estudiantes que escriban discursos o cartas a la clase y que compartan los consejos que les han dado.

Recursos adicionales

Pida a los estudiantes que lean la hoja de actividades "El camino difícil".

Haga que los estudiantes representen una entrevista con Moochie Norris.

EL CAMINO DIFÍCIL

La nieve derretida chorrea sobre el suelo de la cancha de baloncesto por un agujero en el techo. Los asientos de madera vacíos son muchos más que los fanáticos en la tribuna superior. El baile de hip-hop del animador nerd Myron Noodleman recibe más ovación que los dos equipos de baloncesto en la cancha. Bienvenido a una noche fría de enero en Indiana, donde Fort Wayne Fury se enfrenta a Rockford Lightning (Illinois). Bienvenido a las ligas menores de la NBA, la Asociación Continental de Baloncesto (CBA).

Moochie Norris de los Fury, una estrella de la CBA que sueña con la NBA, está en la línea de tiro libre. Con solo unos segundos restantes del partido empatado, el base de 6' 1" de estatura tiene una chance para ganar. Pero la pelota golpea el interior del aro y rebota hacia afuera. Estuvo cerca, pero no fue suficiente. Sucede lo mismo con Norris, de 25 años: demasiado bueno para las ligas menores, pero no lo suficiente para el primer nivel. "Pero si me doy por vencido con mi sueño", dice, "no tiene ningún sentido que juegue".

En los nueve equipos de la CBA hay 90 jugadores como Norris, todos deseosos de recibir la llamada telefónica que les tocó a jugadores como John Starks, Mario Elie y Chris Childs: "Queremos que vengas a jugar a la NBA".

Norris, como el jugador más popular de la CBA, está terriblemente cerca de alcanzar la meta de la NBA que su padre le inculcó cuando tenía 6 años. Después de lograr salir de su duro vecindario en Washington, D. C., fue de una universidad a la otra, y jugaba lo suficientemente bien para ser reclutado por los Milwaukee Bucks como la opción número 33 en el reclutamiento de la NBA de 1996. "Me quedé mudo", asegura Norris. Sin embargo, antes de que comenzara la temporada, lo quitaron de la selección.

Luego, llamó la CBA, una liga de la que jamás había escuchado. "Vi una segunda chance para demostrar mi propio valor. No es la NBA, pero es

baloncesto profesional", explica. Sin embargo, los contratos semanales de la CBA pagan un promedio de \$1,700 y los viajes se suelen hacer en autobús. El salario promedio semanal en la NBA es un poco más alto, de \$140,000, y con varios jets privados de lujo para transportarse. "Mis amigos y entrenadores del vecindario me decían: 'Vas a llegar a la NBA. Solo trabaja duro. Nunca te detengas'", dice Norris.

Norris jugó en dos equipos de la CBA, los Florida Beachdogs y luego los Fury, generalmente frente a algunos miles de fans y uno o dos reclutadores de la NBA. En los últimos dos años, incluso jugó en algunas ligas profesionales en Francia y Chile durante los recesos de la CBA. "Cada vez que salgo a la cancha, intento mejorar", agrega.

El entrenador de Fort Wayne Fury, Keith Smart, cree que la ética de trabajo de Norris dará sus frutos. "Solo es cuestión de que algún equipo de la NBA diga: 'Vamos a darle una oportunidad'", dice Smart. "Porque puede jugar mejor que varios de los jugadores de reserva que tienen allí".

Eso es todo lo que Norris desea. "No espero que me llamen de la NBA y convertirme en una estrella", sostiene. "Si tan solo pudiera llegar allí, el resto se resolvería solo".

Una semana después del partido en Rockford, los Seattle SuperSonics hacen la llamada. Hizo la prueba y apenas llegó a formar parte del listado. Durante el fin de semana de apertura de la NBA, una noche eléctrica de febrero, frente a un público de 17,000 personas con entradas agotadas, Norris sale del banco y entra en el último cuarto; los Sonics pierden por 10 puntos. Sin problemas, anota cuatro triples seguidos. Encesta todos los tiros. "Sólo necesitaba una oportunidad", afirma. "Mi sueño se hizo realidad". Bienvenido a la NBA.

—por Chris Tauber

* Reimpreso con la autorización de la revista React.