

OBJETIVO: Reflexionar sobre la vida de uno/a mismo/a y las metas a lograr como parte de su proyecto de vida



¿QUÉ NECESITAMOS?

Copias para cada alumno/a del formato anexo



LA ACTIVIDAD ES... Individual

¿CUÁL ES SU DURACIÓN? 1 sesión de 50 min.



DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

1. El tutor/la tutora iniciará con una reflexión grupal sobre la importancia de analizar los aspectos que nos gustan o los que no nos gustan de nosotros mismos/mismas, su relación con lo que queremos lograr en nuestra persona y en nuestra vida, pero sobre todo el cómo podemos lograrlo. **(15 minutos)**
2. Después de la reflexión el tutor/la tutora entregará a cada alumno/alumna una copia del formato anexo.
3. Solicitar a un/una estudiante que lea las instrucciones en voz alta, realizar las aclaraciones que sean necesarias para poder llevar a cabo la actividad.
4. Indicar a los/las estudiantes que deben pensar en aspectos actitudinales, conductuales y rasgos de personalidad antes de responder, enfatizando en la honestidad al contestar y siendo reflexivos en sus respuestas.
5. Mencionar que cuentan con **15 minutos** aproximadamente para realizar la actividad.
6. Se recomienda que el tutor/la tutora ronde por el aula para escuchar los comentarios o inquietudes de los/las estudiantes y retomarlos en la reflexión final.



CIERRE DE LA ACTIVIDAD (20 minutos)

- En plenaria solicitar la participación voluntaria para que compartan sus respuestas, lo que sintieron y pensaron al realizar la actividad. Generar reflexión en torno a las respuestas y el objetivo de la actividad.
- Anotar o hacer la pregunta ¿Estás dispuesto/a a trabajar duro para lograr construir en ti la persona que deseas ser y lograr las metas planteadas? ¿Qué cambios necesitas hacer? ¿Qué cualidades tuyas te ayudarán a lograr tus metas?, etc.

Instrucciones: Completa la siguiente tabla, según lo que se te pida en cada recuadro. Realiza una reflexión honesta y profunda sobre tu persona (considera tus sentimientos, emociones, actitudes, comportamientos y tu personalidad).

<p>LO QUE SÍ ME GUSTA DE MI PERSONA</p>	<p>LO QUE NO ME GUSTA DE MI PERSONA</p>
<p>LO QUE ME GUSTARÍA LOGRAR EN MI PERSONA Y EN MI VIDA</p>	<p>¿CÓMO LO VOY A LOGRAR? ¿QUÉ CAMBIOS NECESITO HACER? ¿QUÉ CUALIDADES TENGO?</p>