

EL VALOR DE MIS EXPECTATIVAS POSITIVAS



OBJETIVO: Promover que las y los alumnos reflexionen acerca de cómo sus expectativas positivas sobre sí mismos influyen en su actuar y la consecución de lo que desean.



¿QUÉ NECESITAMOS?

Canción “Cantares”
Cuaderno y Pluma
Tabla de expectativas



¿LA ACTIVIDAD ES...?

Individual y grupal

¿CUÁL ES SU DURACIÓN?

1 sesión de 50 min aprox.



DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Recuperación de las experiencias previas de los alumnos/as (10 minutos)

- De manera grupal, discutir qué son las expectativas.
- Reflexionar acerca de cómo las personas hacemos cosas constantemente que dejan una huella en ellas y en los demás.
- Escuchar o leer la canción “Cantares” y reflexionar ¿Qué quiere decir la primera estrofa? ¿Cuál es el mensaje de la última estrofa?, guiar a los estudiantes para que analicen cómo todos nuestros actos, buenos o malos, dejan una huella en nosotros y los demás, si son cosas buenas habrá expectativas positivas y si no lo son, habrá expectativas negativas.
- Pedir a los/las alumnas que anoten en un cuaderno un acto suyo que creó expectativas positivas y uno que creó expectativas negativas y comparar cómo se sintieron en ambos casos. Algunos de los estudiantes pueden compartir su experiencia.

Creando expectativas positivas (30 minutos)

- A partir de lo anterior el tutor/a propone un ejercicio para analizar el valor de tener expectativas positivas sobre nosotros mismos.
- De forma individual, completar el siguiente cuadro de expectativas

Mis expectativas positivas con relación a	Lo que espero yo de mi en el futuro
Mi aprendizaje	
Mi relación con mis papás	
Mi relación con los maestros	



- Comentar que es necesario descubrir todas las cualidades y recursos que están o pueden estar a nuestro alcance para lograr cumplir expectativas positivas, a lo que se llama una *Ventana de oportunidad* que se refiere a:
- Nuestras cualidades personales *yo soy*
- Nuestras capacidades *yo puedo*
- Nuestros apoyos *yo tengo*

A partir de esta reflexión cada alumno elaborará el siguiente cuadro.

	Mis Ventanas de oportunidad para alcanzar mis expectativas
Yo soy	
Yo puedo	
Yo tengo	

CIERRE DE LA ACTIVIDAD

Consolidación de lo aprendido (10 minutos)



- Reflexionar cómo las expectativas se relacionan con lo que logramos.
- Comentar la importancia de tener expectativas positivas sobre uno mismo y tener siempre abiertas sus ventanas de oportunidad.
- Establecer el compromiso de actuar para el logro de sus expectativas: buscando la información que requieran, teniendo presente su cuadro de fortalezas y ventanas de oportunidad a desarrollar.
- Analizar cómo podemos dejar huellas que nos ayuden a tener expectativas positivas sobre nosotros mismos.

CANTARES

**Todo pasa y todo queda,
pero lo nuestro es pasar,
pasar haciendo caminos,
caminos sobre la mar.**

Nunca perseguir la gloria,
ni dejar en la memoria
de los hombres mi canción.
Yo amo los mundos sutiles,
Ingrávidos y gentiles,
Como pompas de jabón.

Me gusta verlos pintarse
de sol y grana al volar
bajo el cielo azul temblar
súbitamente y quebrarse.

**Caminante son tus huellas el camino y nada más
Caminante no hay camino, se hace camino al andar.
Al andar se hace camino y al volver la vista atrás
Se ve la senda que nunca se ha de volver a pisar.**