

Lección 1

Pon tu meta: Introducción a El Camino

Resumen

Lección 1: Objetivos de aprendizaje




En la Lección 1: Pon tu meta: Introducción a El Camino, los estudiantes podrán:

- Explicar cómo El Camino puede ayudarles a establecer y alcanzar sus metas;
- Aprobar una serie de acuerdos de grupo;
- Explicar los cuatro pasos de **PARA**, del mapa de metas de El Camino;
- Identificar una meta para sí mismos a la edad de 25 años; y
- Usar el esquema de trabajo **PARA**, para identificar las metas de Sofía y Santiago y los pasos que ellos deberán tomar para alcanzar dichas metas.

Mensajes Clave

- **Programa El Camino**
 - Tú estás a cargo de poner y alcanzar tus metas.
 - Para alcanzar tu meta utiliza **PARA: Pon tu meta; Analiza los pasos; Reafirma tu camino; Alcanza tu meta.**
 - Ser firme te ayudará a permanecer en tu camino y alcanzar tus metas.
- **Lección 1**
 - Tú estás a cargo de poner y alcanzar tus metas.

MATERIALES PARA ESTA LECCIÓN

-  Cinta adhesiva de pintor
-  Marcadores gruesos
-  Rotafolio (Tabla Inteligente, PowerPoint)

UN VISTAZO A LA LECCIÓN

1A. ¡Bienvenidos a la Lección 1 del programa El Camino! (2 min)

1B. Vota con tus pies (7 min)

1C. Introducción a El Camino y acuerdos de grupo (5 min)

1D. **PARA: Pon tu meta; Analiza los pasos; Reafirma tu camino; Alcanza tu meta** (5 min)

1E. Novela de Sofía y Santiago (14 min)

1F. **PARA: Pon tu meta** (5 min)

1G. Lema y cierre (3 min)



Preparación para la adaptación virtual

1. Familiarícese con las siguientes diapositivas PPT:
 - Definición de El Camino (ver Actividad 1A)
 - Mensajes Clave (ver Actividad 1C)
 - Acuerdos de Grupo (ver Actividad 1C)
 - Sofía y Santiago (ver Actividad 1E)
 - Mapa de El Camino (ver Actividad 1F)
2. Antes de que los estudiantes ingresen a Zoom:
 - Prepare las diapositivas PPT, el cuaderno de trabajo, y otros documentos que vaya a usar durante esta lección.
 - Escriba un mensaje divertido de bienvenida en el Recuadro de Chat antes de que los estudiantes inicien sesión.
 - Organice su tablero de Zoom de la manera que le guste.

Adaptación virtual

Conectar con los estudiantes de inmediato. Facilitar El Camino en una plataforma virtual como Zoom puede sentirse menos personal comparado con la instrucción en persona. Una manera de aumentar la sensación de inclusión y conexión es darles la bienvenida a los estudiantes por su nombre, conforme vayan entrando a Zoom. Simplemente decir algo como “Hola Michael” o “Bienvenida Elena” puede hacer la diferencia.

Asegúrese de que los nombres de los estudiantes estén listados correctamente. Cuando los estudiantes entren a Zoom, sus nombres deben aparecer debajo de sus caras y en el Recuadro de Participantes. Si no es así, puede pedirles que hagan clic en el ícono de *Participants* en la barra de navegación gris de la parte inferior de la pantalla, que pasen por encima de su nombre en la barra lateral blanca, hagan clic en la pestaña azul “*more*” y hagan clic en “*Rename*”. Entonces pueden escribir el nombre por el que quieren ser llamados. También puede optar por pedirles que incluyan pronombres si se sienten cómodos haciéndolo.

Evaluar la necesidad de una orientación de Zoom. Después de que todos los estudiantes se hayan conectado, deles la bienvenida a El Camino. Evalúe su familiaridad con la plataforma de aprendizaje Zoom. Puede preguntarles algo como: “¿Cuántos de ustedes han usado Zoom antes?” Si lo han hecho, hagan clic en el botón de *Reactions* en la parte inferior de su pantalla y hagan clic al ícono de 👍 “*thumbs up*”. Dependiendo de sus respuestas, es posible que tenga que orientar a los estudiantes sobre algunas funciones básicas de Zoom—cómo activar y desactivar el audio y video, el Recuadro de Participantes, el Recuadro de Chat (charlas con “*todos*” o en “*privado*”), y Reacciones. Además de orientarlos sobre algunas de las funciones, pídale que las practiquen. Por ejemplo, pídale que escriban “hola” en el Chat después de mostrarles cómo hacerlo.

Anime a los estudiantes a que enciendan su video pero no lo convierta en un requisito. Algunos estudiantes podrían sentirse incómodos de encender su video porque otras personas en su hogar podrían ver/escuchar, porque prefieren mantener el fondo de su hogar en privado, u otras razones. Algunas cosas que puede hacer el facilitador para ayudar a que los estudiantes se sientan más cómodos son: 1) explicar cómo utilizar las opciones de fondo virtual de Zoom, 2) sugerir el uso de auriculares y 3) permitir que los estudiantes usen el **Chat** para hacer o responder preguntas en lugar de responder verbalmente.



Procedimientos Lección 1



Actividad 1A: ¡Bienvenidos a la Lección 1 del programa El Camino! (2 minutos)

BIENVENIDA Y BREVE DESCRIPCIÓN DEL PROGRAMA (2 minutos)

1. Revise los objetivos de aprendizaje para que los estudiantes sepan qué van a hacer en esta lección.



2. Comparta con los estudiantes la siguiente información sobre el programa:

a. Definición de “camino.”

- ¿Qué creen que significa “camino”?
- Tome algunas respuestas.
- Si los estudiantes no saben lo que significa la palabra, explíqueles que camino significa “ruta”.

b. Meta del Programa El Camino

Adaptación virtual

Muestre la diapositiva de la presentación PowerPoint titulada “Definición de El Camino” mientras explica la definición y objetivo del programa.



- *La meta del programa El Camino es que ustedes establezcan, den seguimiento y alcancen metas positivas en sus vidas, especialmente en relación con graduarse de la escuela preparatoria y obtener un buen trabajo que les permita tener el estilo de vida que ustedes deseen para ustedes y su familia.*
- *Para alcanzar cualquier meta, deben tomar una serie de pasos, como cuando ustedes siguen una “ruta” para llegar a su destino.*
- *Vamos a ayudarles a descubrir cuál es la ruta para alcanzar sus metas de vida, los pasos que necesitarán*

tomar, y cómo evitar y superar obstáculos que pueden impedir el desarrollo de relaciones saludables y planificación de la educación, del trabajo y de la familia. Durante este proceso veremos información importante sobre sexo, métodos anticonceptivos y embarazo.

- *El sexo y la sexualidad pueden ser temas delicados y, a veces, puede ser difícil hablar de ellos. No todo el mundo ha tenido experiencias sexuales positivas y algunos jóvenes tienen dificultades hablando de experiencias sexuales. Esto puede ser un problema si han pasado por cosas malas en el pasado. Uno de los objetivos de este programa es aprender a cuidarse sexualmente. Si en algún momento se sienten incómodos o tienen problemas para participar, háganoslo saber.*
 - *Sabemos que algunos grupos de personas han tenido experiencias sexuales negativas y más barreras que otros. Estos grupos pueden incluir personas de color, mujeres, personas LGBTQ+ y personas con discapacidades. Estamos aquí para ayudarte.*
 - *Recuerden que como sus instructores, estamos obligados a informar casos de abuso y negligencia sexual.*
 - *¡Te darás cuenta del poder que tú tienes para determinar tu futuro y cómo verdaderamente puedes hacer tus sueños realidad! Siempre daremos un breve resumen al comienzo de cada lección sobre el contenido y las actividades de la lección para que los estudiantes sepan qué esperar ese día. Hablaremos sobre sexo y relaciones durante algunas lecciones y sabemos que esto podría afectar a algunos; algunas personas han experimentado situaciones de abuso o han sido obligadas o coaccionadas a tener relaciones sexuales cuando no querían.*
3. **Enfatice** que sentirse incómodo o agitado (“triggered”) durante una lección no es nada de lo que deban sentirse avergonzados y que hay profesionales en la escuela y dentro de la comunidad capacitados para ayudar.

4. **Explique a los participantes** la diferencia entre estar agitado (“triggered”) por el tema (sentir pánico, opresión en el pecho, respiración superficial, pensamientos acelerados, temblores, etc.) y sentirse incómodos con el tema (“mariposas” en el estómago o sentimientos de nerviosismo).
5. **Revise rápidamente** los apoyos de salud mental disponibles para los participantes y cómo accederlos.

Nota para el facilitador:

1. Tener un plan para los jóvenes que sean afectados. Lo ideal es que los jóvenes que se vean afectados durante una sesión puedan salir del salón y puedan obtener ayuda para resolver aquello que les afectó. Si no es posible que los jóvenes salgan del salón o si no hay adultos disponibles para recibirlos, el facilitador podría tomarse unos minutos con toda la clase para respirar profundamente juntos. Otra opción es que pueden bajar la cabeza para una actividad.
2. Hacer los arreglos necesarios con anticipación para identificar a una persona (consejero, enfermera de la escuela, y otro facilitador) que tenga las habilidades de trabajar con jóvenes para que superen su aflicción. Se podría dar a los jóvenes la opción de hablar de sus sentimientos, escribir y reflexionar por su cuenta, o hacer un ejercicio de conciencia (colorear, dibujar, enfocarse en su respiración) que podría ayudarles a procesar aquello que desencadenó sus emociones.
3. Por último, asegurarse de tener una lista de recursos, apoyos, y referencias disponibles para su comunidad, para proporcionar a los estudiantes si lo necesitan.

Adaptación virtual

Hágales saber a los estudiantes que pueden encontrar una lista de recursos en su Cuaderno de Trabajo. Considere adjuntar esta lista de recursos en el **Chat**. Los estudiantes saben que pueden abrir esta lista sin que nadie lo sepa o descargarla en sus computadoras.

Los estudiantes pueden optar por desactivar su audio y su video. También pueden minimizar Zoom y apagar el sonido en su computadora por unos minutos y luego regresar a la sesión.

El facilitador también debe proporcionar su correo electrónico, en caso de que los estudiantes quieran hablar con el/ella en privado.



Actividad 1B: Vota con tus pies (7 minutos)

Nota para el facilitador: Recuerde que El Camino se enfoca en lo que los estudiantes piensan, creen, hacen y experimentan. En esta actividad y a lo largo del programa, ellos necesitan la oportunidad de expresar y discutir sus opiniones. Los facilitadores no deben influir en las opiniones de los estudiantes.

INTRODUCCIÓN (1 minuto)

1. Explique a los estudiantes:

- *El objetivo de la siguiente actividad es ayudarles a seguir explorando la definición de metas y trabajar en su “camino”.*

2. Muestre a los estudiantes los letreros colgados en la pared que dicen: “De Acuerdo” o “No Estoy de Acuerdo”.

Adaptación virtual

Explique a los estudiantes por qué esta actividad se llama “Vota con tus Pies” (o Vota con Zoom) y cómo se ha adaptado para el aprendizaje virtual. Recuerde a los estudiantes que queremos saber de ellos y que está bien cambiar su respuesta si alguien cambia de opinión.

Cada clase tendrá diferentes necesidades y preferencias de participación. Hemos desarrollado 4 opciones principales para facilitar esta actividad.

Opción 1: Pida a los estudiantes que usen la función de **Reactions** en Zoom y proporcione algo de orientación sobre cómo seleccionar una reacción. Por ejemplo, si los estudiantes están de acuerdo con una declaración, pueden hacer clic en el ícono de 👍 “thumbs up”. Si no están de acuerdo con una declaración, pueden hacer clic en la reacción de 😲 “surprised face”. A continuación debe pedir a los estudiantes que compartan verbalmente por qué están de acuerdo o no están de acuerdo. Alternativamente, el facilitador puede decir a los estudiantes que usen la reacción que prefieran para responder a la declaración y que estén preparados para discutir por qué eligieron dicha reacción. Los facilitadores pueden entonces pedir a los estudiantes que declaren verbalmente por qué usaron esa reacción.

Opción 2: Los estudiantes pueden responder a través del **chat** usando palabras o *emojis*. Tenga en cuenta que a veces los estudiantes responden directamente al presentador. Si tiene diapositivas en el modo de presentador, es posible que no pueda ver el chat. Puede indicar a los

MATERIALES

- ☐ **Rotafolio 1.1:**
Declaraciones para vota con tus pies
- ☐ Letreros **DE ACUERDO/NO ESTOY DE ACUERDO**

estudiantes que envíen mensaje a su cofacilitador o usted puede elegir monitorear activamente el chat.

Opción 3: Hemos incluido signos de “sí” y “no” en el cuaderno de trabajo. Los estudiantes pueden sostener el cartel con el que quieran responder. Esta opción sólo funcionaría en una clase donde la mayoría de los estudiantes estén en la cámara.

Opción 4: Si no hay respuestas de ningún tipo, usted puede llamar a los estudiantes y pedirles que compartan si están de acuerdo o no.

Recuerde que al igual que en la versión en persona (cara a cara) de esta actividad, los estudiantes pueden cambiar de opinión en cualquier momento haciendo o no haciendo clic en su voto inicial.

3. **Explique a los estudiantes** que les leerá cuatro declaraciones – una a la vez.

Nota para el facilitador: Las declaraciones están en el **Rotafolio 1.1**. En caso de utilizar el rotafolio, doble la parte inferior del **Rotafolio 1.1** hacia arriba para que cubra las declaraciones. Muéstrelas una por una. Haga una lista de las declaraciones en el rotafolio en el orden en que desee discutir las.

4. **Explique a los estudiantes:**

- *Después de leer cada declaración, quiero que cada uno de ustedes decida cuál de los letreros de “Vota con tus Pies” encaja mejor con su opinión sobre la declaración y luego vayan a pararse al lado de ese letrero (es decir, voten con sus pies). Si no están seguros, se pueden quedar de pie en el centro del salón.*
- *Después de que todos hayan escogido una opinión, voy a pedirle a algunos voluntarios que estén parados debajo de los distintos letreros que expliquen por qué eligieron el lugar donde están parados.*
- *En cualquier momento de la discusión, pueden cambiar de opinión y en silencio, tomar una nueva posición.*

5. **Pregunte a los estudiantes** si tienen alguna pregunta sobre la actividad.

VOTA CON TUS PIES (6 minutos)

1. **Lleve a cabo la actividad vota con tus pies** como se describe arriba.
2. **Escoja declaraciones** que vayan a generar una variedad de respuestas entre los estudiantes.
3. **Haga preguntas al grupo acerca de** las razones por las que estuvieron de acuerdo o no de acuerdo con cada una de las preguntas.
4. **Pregunte a aquellos que votaron diferente** cuáles fueron sus motivos y cómo se sienten acerca de las razones que dieron los demás.
5. **Permita que los estudiantes** cambien su voto libremente.

Adaptación virtual

Cuando se les pregunte por qué están de acuerdo o no están de acuerdo, permita que los estudiantes respondan verbalmente o usando el **Chat**. Si los estudiantes envían su respuesta por chat, asegúrese de leerlas en voz alta. Si el comentario no es claro pida al estudiante que aclare verbalmente, si se siente cómodo.

Pida a cada estudiante que responda a los que otros estudiantes están diciendo. ¿Qué piensan sobre lo que dicen los otros estudiantes?



Actividad 1C: Introducción a El Camino y acuerdos de grupo (5 minutos)

INTRODUCCIÓN (2 minutos)

1. **Reparta los cuadernos de trabajo** y pida a los estudiantes que escriban su nombre en los cuadernos.

Adaptación virtual

Pida a los estudiantes que saquen los cuadernos que recibieron por correo anteriormente y escriban su nombre en la primera página. El facilitador también puede subir el cuaderno al **Chat** para que los estudiantes lo descarguen si es necesario.

Alternativamente, los estudiantes pueden usar la versión PDF rellenable del cuaderno de trabajo que se les proporcione.

2. **Diga a los estudiantes:**

- *Los cuadernos les ayudarán a organizarse mejor y a revisar la información aprendida en el programa de El Camino.*

1. **Pida a los estudiantes** que vayan a la introducción de la **Lección 1 – Mensajes clave** de sus cuadernos de trabajo.

3. **Pida voluntarios para** que lean los mensajes clave.

Adaptación virtual

Muestre la diapositiva PPT titulada “Mensajes clave” mientras los estudiantes leen los mensajes en voz alta.

ACUERDOS DE GRUPO (3 minutos)

1. **Diga a los estudiantes:**

- *Para sacarle mejor provecho a El Camino es importante que todos se sientan cómodos durante el programa y se respeten uno al otro.*
- *Los acuerdos de grupo son una lista de maneras de actuar y no actuar durante el programa de El Camino.*

MATERIALES

- ☐ **Rotafolio 1.2:** Acuerdos de grupo de El Camino

FOLLETOS DE ESTUDIANTE

- ☐ **Lección 1:** Mensajes clave

2. **Presente una lista** de acuerdos de grupo a los estudiantes en el **Rotafolio 1.2: Acuerdos de grupo de El Camino**. Estas son algunas sugerencias y se pueden agregar más, dependiendo de las aportaciones de facilitadores y estudiantes.

Adaptación virtual

En lugar de compartir el rotafolio como lo haría en la instrucción cara a cara, comparta la diapositiva PPT titulada “Acuerdos de Grupo”. Repase los acuerdos y luego pida a los estudiantes que sugieran cambios o adiciones. Registre estos comentarios en la diapositiva.

Permita que los estudiantes respondan verbalmente o usando el **Chat**.

Una vez completada la lista de acuerdos de grupo, pida a los estudiantes que den una **Reacción** para demostrar cómo se sienten acerca de la lista.

Diga a los estudiantes que cada lección comenzará con un breve repaso de la diapositiva de Acuerdos de Grupo.

3. **Pida uno o más voluntarios para leer** los acuerdos de grupo en voz alta.
4. **Pregunte a los estudiantes** si tienen preguntas acerca de los acuerdos de grupo.
5. **Pregunte a los estudiantes** si les gustaría agregar a la lista algún otro acuerdo de grupo.
6. **Agregue las aportaciones** que considere necesarias en el rotafolio.
7. **Pida a los estudiantes** que asienten con la cabeza o que levanten la mano si están de acuerdo con la lista de acuerdos de grupo.
8. **Verifique** si todos los estudiantes están de acuerdo.
9. **Diga a los estudiantes:**
 - *La lista de los acuerdos de grupo estará a la vista durante cada clase. Podremos dirigirnos a la lista de acuerdos cuando sea necesario. Incluso podemos agregar cosas a la lista si nos parece necesario.*



Actividad 1D: **PARA: Pon tu meta; Analiza los pasos; Reafirma tu camino; Alcanza tu meta** (5 minutos)

Nota para el facilitador: El modelo PARA hará énfasis en un paso distinto durante el Arco 1. Lección 1: Pon tu meta (P); Lección 2: Analiza los pasos (A); Lección 3: Reafirma tu Camino (R); y Lección 4: Alcanza tu meta (A).

REPASO DE **PARA** (5 minutos)

1. Explique a los estudiantes:

- *Para alcanzar cualquier meta, necesitamos tener un mapa del camino que tomaremos para lograr la meta. Los mapas son herramientas visuales que nos ayudan a encontrar la manera de llegar del lugar en donde estamos al lugar a dónde queremos ir. Si miramos un mapa, podríamos encontrar un camino para llegar a un destino cercano, por ejemplo, desde (NOMBRE DE LA ESCUELA PREPARATORIA) hasta un centro de salud comunitario. ¡O a un destino lejano, por ejemplo, desde (NOMBRE DE LA ESCUELA PREPARATORIA) hasta (UN LUGAR EN OTRO ESTADO)!*

2. Pregunte a los estudiantes:

- *¿Qué tipo de mapas han usado – quizás un mapa de papel o un mapa en sus teléfonos celulares?*
- *¿En qué tipo de situaciones usarían un mapa?*
- *¿Qué te hace decidir que quieres o necesitas usar un mapa?*
- *¿Cómo te ayudan los mapas?*

Adaptación virtual

Permita que los estudiantes respondan verbalmente o usando el **Chat**.

3. Pida a los estudiantes que abran sus cuadernos de trabajo y encuentren el **Folleto 1.1: Mapa de El Camino con definición de PARA** y vean al **Rotafolio 1.3: Mapa de El Camino con definición de PARA** que está en la pared.

MATERIALES

- **Rotafolio 1.3:** Mapa de El Camino con definición de **PARA**

FOLLETOS DE ESTUDIANTE

- **Folleto 1.1:** Mapa de El Camino con definición de **PARA**

Adaptación virtual

Comparta de la diapositiva PPT titulada “PARA” mientras explica el Folleto 1.1.

4. Diga a los estudiantes:

- *Hoy aprenderemos sobre otro tipo de mapa. Recuerden que dijimos que la palabra “camino” quiere decir “ruta” también. El mapa del que hablaremos hoy les ayudará a seguir una ruta (camino) para alcanzar su meta a futuro. El mapa se llama El Camino. Para trazarse una ruta hacia su meta, utilizarán **PARA**.*

5. Pida voluntarios para leer las definiciones de las cuatro partes del modelo **PARA**. Otra opción es que los estudiantes lean las cuatro partes del modelo **PARA** (en letras negras) y el maestro lea la definición.

- **Pon tu meta**—Esta es una meta que quisieras alcanzar cuando cumplas 25 años.
- **Analiza los pasos que tienes que tomar para alcanzar esa meta.** Hay muchos pasos que una persona debe tomar para alcanzar su meta. Piensa en lo que tienes que hacer ahorita, lo que tienes que hacer a lo largo de la escuela preparatoria, y lo que tienes que hacer después de la escuela preparatoria para alcanzar tu meta.
 - Algunos ejemplos son asistir a clases regularmente, cumplir con las tareas, tomar exámenes como PSAT/SAT, llenar solicitudes para universidades/escuelas de capacitación, y obtener experiencia en tu área de interés (p.ej. trabajar o ser voluntario los veranos durante la escuela preparatoria).
- **Reafirma tu camino.** Es importante tener en mente tu meta y hacerle saber tu meta a otros. Todos sabemos que a veces pueden surgir otras cosas. Aún cuando algunos atajos y desvíos pueden ayudarnos a alcanzar nuestras metas, otros atajos y desvíos pueden desviarnos del camino. Recuerden que salirse del camino no significa necesariamente que hayan hecho algo mal o hayan tomado una mala decisión.
 - ¿Cuáles son atajos y desvíos que te podrían ayudar a alcanzar tus metas? ¿Cuáles son algunos atajos y desvíos que podrían hacer más difícil que alcances tu meta?

- **Alcanza tu meta.** Aprende a identificar “señales de advertencia” que pueden desviarte de tu meta. Piensa en lo siguiente, ¿cómo sabrás que has alcanzado tu meta? ¿y qué se sentirá alcanzar tu meta?



Actividad 1E: Novelas de Sofía y Santiago (14 minutos)

Nota para el facilitador: Recomendamos que la clase cubra tanto el camino de Sofía como el de Santiago, como parte de sus ejercicios. **Si el tiempo no lo permite, enfóquese en el camino de Sofía.**

INTRODUCCIÓN (1 minuto)

1. **Pida a los estudiantes** que abran su cuaderno de trabajo en el **Folleto 1.2: Novela de Sofía y Santiago.**

2. **Diga a los estudiantes:**

- *Vamos a leer una novela sobre Sofía y su primo Santiago. Después de leer la novela, vamos a utilizar el mapa de **PARA** con el fin de planear un futuro para ellos.*

Adaptación virtual

Muestre las diapositivas PPT tituladas “Sofía y Santiago.” Haga clic en estas diapositivas con el texto de la novela mientras los estudiantes lo leen en voz alta.

3. **Pida a un estudiante voluntario** que lea la novela.
4. Después de que se lea la historia, **dirija una discusión** en grupo usando las preguntas listadas debajo de la novela.

NOVELA DE SOFÍA Y SANTIAGO (5 minutos)

Hace dos años, Sofía llegó a los Estados Unidos a vivir con su tía Camila. Sofía cursa el 9º. grado. La hija mayor de tía Camila, Ángela, cursa el 11º. grado y es dos años mayor que Sofía. A Ángela y a Sofía les gusta ir de compras los sábados. A veces Ángela y Sofía se quedan despiertas en las noches para hablar. Sofía se siente cómoda hablando con Ángela. Ángela quiere ser ingeniera y espera poder ir a una buena universidad. Escucharemos más sobre Ángela y su novio Carlos al final del programa.

Cuando Sofía recién llegó a casa de su tía, Sofía conoció a su primo Santiago. Santiago le ha ayudado a Sofía a mejorar su inglés y le presentó a algunos de sus amigos. Santiago vive con sus padres y

MATERIALES

- ☐ **Rotafolio 1.4a and 1.4b:**
Los caminos de Sofía y Santiago
- ☐ **Recurso del facilitador 1.2:**
Los caminos de Sofía y Santiago (ejemplo)

FOLLETOS DE ESTUDIANTE

- ☐ **Folleto 1.2:** Novela de Sofía y Santiago

cuatro hermanos y hermanas. A Santiago le gusta escuchar música y se está enseñando a sí mismo a tocar la guitarra.

Santiago trabaja en la tienda de sus padres después de la escuela y los fines de semana. Estudia duro y saca buenas calificaciones, pero a veces falta a la escuela para ayudar a sus padres en la tienda. A Santiago le gustaría ir a facultad de negocios y abrir su propio negocio. Sin embargo, le preocupa que sus padres no puedan pagar para que él vaya a la universidad.

Sofía podría obtener calificaciones más altas, pero en realidad no le gusta estudiar. Sofía pasa mucho tiempo jugando videojuegos y con sus amigos. Debido a que su tía Camila tiene dos trabajos, Sofía pasa mucho tiempo sola en casa.

Hay un chico llamado David en su clase de ciencia con el cual quisiera pasar más tiempo después de la escuela. Sin embargo, David se junta con chicos más grandes y ella casi nunca lo ve fuera de la clase.

Sofía se unió al equipo de soccer de la escuela preparatoria y es jugadora del primer equipo. A Sofía le gustaría hacer algo relacionado con deportes cuando sea grande – quizás fisioterapeuta trabajando con atletas o entrenadora en escuela preparatoria. Por el momento piensa que le gustaría más ser fisioterapeuta.

DISCUSIÓN (8 minutos)

1. Conforme vaya dirigiendo la discusión, **dibuje el mapa** de los caminos de Sofía y Santiago en los **Rotafolios 1.4a y 1.4b**. Un ejemplo de cómo podría ser este mapa se encuentra en el **Recurso del facilitador 1.2: Los caminos de Sofía y Santiago (ejemplo)**.

Adaptación virtual

Comparta la diapositiva PPT titulada “**Los Caminos de Sofía y Santiago**”. Los estudiantes pueden rellenar las casillas en sus cuadernos de trabajo. El facilitador puede escribir los pasos en la diapositiva PPT.

“CAMINO” DE SOFÍA

1. **PON** cuál crees que es la meta a largo plazo de Sofía.

- a. ¿Cómo podría influir la familia y amistades de Sofía en su decisión sobre una meta a largo plazo?
2. **ANALIZA** cuáles son los pasos que Sofía necesita tomar para alcanzar esta meta a largo plazo.
 - a. ¿Qué tiene que hacer ahora (inmediatamente)?
 - b. ¿Qué tiene que hacer en los próximos 3 a 6 meses?
 - c. ¿Qué tiene que hacer cuando esté cursando el 12º. grado?
 - d. ¿Qué tiene que hacer al graduarse de la escuela preparatoria?
 - e. ¿Qué tiene que hacer cuando entre a sus años 20's?
3. ¿Cómo **REAFIRMA** Sofía su camino?
 - a. ¿Cuáles son algunos atajos y desvíos que podrían ayudar a que Sofía siga en su camino?
 - b. ¿Cuáles son algunos atajos y desvíos que podrían desviar a Sofía y afectar que alcance su meta?
4. ¿Cómo sabrá Sofía cuando **ALCANCE** su meta?
 - a. ¿Cómo crees que se sentirá Sofía cuando alcance su meta?

Nota para el facilitador: Durante la discusión sobre obstáculos o atajos y desvíos – ayude a los estudiantes a explorar cómo ciertas acciones o situaciones pueden ser tanto positivas como negativas. Por ejemplo, jugar videojuegos puede ser educativo – pero si alguien pasa mucho tiempo con los videojuegos, puede estar descuidando otras responsabilidades, como la tarea de la escuela. Así mismo, tener una pareja puede ser positivo si el/ella te apoya a ti y tus metas. Sin embargo, tener una pareja que espera que pases mucho tiempo con el/ella puede alejarte de las cosas que tienes que hacer para alcanzar tus metas.

Adaptación virtual

Permita que los estudiantes respondan verbalmente o usando el **Chat**.

“CAMINO” DE SANTIAGO

1. **PON** cuál crees que es la meta a largo plazo de Santiago.
 - a. ¿Cómo podría influir la familia de Santiago en su decisión sobre una meta a largo plazo?

2. **ANALIZA** los pasos que Santiago necesita tomar para alcanzar esta meta a largo plazo.
 - a. ¿Qué tiene que hacer ahora (inmediatamente)?
 - b. ¿Qué tiene que hacer en los próximos 3 a 6 meses?
 - c. ¿Qué tiene que hacer cuando esté cursando el 12º. grado?
 - d. ¿Qué tiene que hacer al graduarse de la escuela preparatoria?
 - e. ¿Qué tiene que hacer cuando entre a sus años 20's?
3. ¿Cómo **REAFIRMA** Santiago su camino?
 - a. ¿Cuáles son algunos atajos y desvíos que podrían ayudar a que Santiago siga en su camino?
 - b. ¿Cuáles son algunos atajos y desvíos que podrían desviar a Santiago y afectar que alcance su meta?
4. ¿Cómo sabrá Santiago cuando **ALCANCE** su meta?
 - a. ¿Cómo crees que se sentirá Santiago cuando alcance su meta?

Adaptación virtual

Permita que los estudiantes respondan verbalmente o usando el **Chat**.

5. Después de la discusión, **diga a los estudiantes:**

- *Seguiremos aprendiendo más sobre Sofía y Santiago y sus familiares y amigos a lo largo del programa. La próxima vez discutiremos a Sofía tomando decisiones sobre ir a una fiesta y qué sucede cuando Sofía se encuentra con David en la fiesta. David es el chico en la clase de ciencia de Sofía y a Sofía le gustaría pasar más tiempo con David.*



Actividad 1F: **PARA**: Pon tu meta (5 minutos)

INTRODUCCIÓN (1 minuto)

2. **Pida a los estudiantes** que consulten el **Folleto 1.1 Mapa de El Camino con definición de PARA** de sus cuadernos de trabajo.

Adaptación virtual

Muestre la diapositiva PPT titulada “Mapa de El Camino”

3. **Diga a los estudiantes:**

- *Piensen cuando tengan 25 años. Piensen dónde quisieran estar en términos de un trabajo o continuando con su educación.*

Adaptación virtual

Permita que los estudiantes respondan verbalmente o usando el **Chat**.

4. Los estudiantes deben ser lo más específicos posible, pero la meta que elijan debe ser emocionante para ellos. En lugar de decir que su meta es “tener un trabajo,” los estudiantes deben pensar en el tipo de trabajo que quieren tener, por ejemplo, ser maestro, programador de computadoras, estilista. Algunos estudiantes podrían pensar en estar en la escuela, por ejemplo, si quieren ser médicos.
5. **Pregunte a los estudiantes** si tienen preguntas sobre su tarea.

TRABAJO INDIVIDUAL (3 minutos)

1. **Invite a los estudiantes** a que empiecen su trabajo. Los estudiantes deberán escribir su meta dentro de la estrella en la esquina superior derecha de su mapa de El Camino.
2. **Anuncie pautas** de tiempo.

DISCUSIÓN DEL GRUPO EN GENERAL (1 minuto)

1. **Pida a algunos estudiantes** que compartan lo que escribieron en su camino (tantos estudiantes como el tiempo lo permita).

MATERIALES

- ☐ Rotafolio o pizarrón blanco

FOLLETOS DE ESTUDIANTE

- ☐ **Folleto 1.1:** Mapa de El Camino con definición de **PARA**

Adaptación virtual

Considere la posibilidad de invitar a los estudiantes a compartir su pantalla para que todos vean cómo completaron su mapa de El Camino.

2. Mientras compartan los estudiantes, el facilitador **puede preguntar** sobre cómo decidieron cuál sería su meta.
3. **Recuerde a los estudiantes** que a lo largo del programa estaremos hablando sobre **PARA** y sus metas y cómo pueden alcanzar esas metas siguiendo su camino.

Nota para el facilitador: Si algunos estudiantes no pueden pensar en alguna meta durante esta actividad, dígales que tendrán la oportunidad de escribir su meta en el mapa durante la siguiente lección.



Actividad 1G: Lema y cierre (opcional) (3 minutos)

UN LEMA PARA LA CLASE DE HOY Y CIERRE (3 minutos)

1. **Dígales a los estudiantes que completen las siguientes oraciones:**
 - Hoy aprendí....
 - Mi parte favorita del día de hoy fue....
2. **Recuerde a los estudiantes** los mensajes clave de la Lección 1.
3. En el rotafolio, **anote** las contestaciones que dieron los estudiantes.
4. **Diga a los estudiantes** que en la siguiente lección continuarán usando **PARA** con el fin de trabajar en su camino.

Adaptación virtual

Después de dar a los estudiantes un minuto para pensar en lo que aprendieron hoy o cuál fue su parte favorita de la clase, pídeles que (1) escriban su idea en el **Chat** o (2) lo compartan verbalmente. Proporcione retroalimentación positiva.

Rotafolio 1.1

Declaraciones de vota con tus pies

1. Me gusta tomar decisiones en el momento.
2. Puedo divertirme ahora y dejar que el futuro se encargue de sí mismo.
3. Tener una buena educación y trabajo es más importante para los hombres que para las mujeres.
4. Conozco a un adulto de confianza con quien puedo hablar sobre mi futuro.
5. Para consejos de vida, confío más en mis amigos que en mi familia.

Rotafolio 1.2

Acuerdos de grupo de El Camino

1. Sólo compartan lo que se sientan cómodos compartiendo.
2. Por favor, no hagan comentarios que puedan ofender a otra persona del grupo.
3. Sólo una persona habla a la vez mientras las demás escuchan sin interrumpir.
4. Está BIEN no estar de acuerdo, pero háganlo de una manera respetuosa.
5. Traten a los demás como a ustedes les gusta que los traten.
6. Tienen derecho a salirse / no participar si se sienten incómodos.
7. ¡Diviértanse!

Letreros para vota con tus pies



**No estoy de
acuerdo**



De Acuerdo



Rotafolio 1.3

El Camino y PARA



¡Pon tu meta! 1) Piensa en una **meta a futuro** que signifique mucho para ti. 2) La meta debe ser clara, realista y ayudarte a crecer para ser una persona aún mejor.

¡Analiza los pasos! 1) Piensa en **los pasos a largo y a corto plazo** que tendrás que seguir para alcanzar tu meta. 2) En tu camino, **crea un calendario** con tus pasos a seguir.

¡Reafirma tu camino! 1) Piensa en al menos una acción o situación que podría desviarte del camino para seguir los pasos hacia tu meta. 2) Piensa en tres **personas, cosas u otros recursos** que podrán ayudarte a vencer obstáculos y a seguir tus pasos. Ejemplos de recursos son personas en tu familia, un maestro, consejero escolar o información de un sitio web confiable. 3) En caso de haberte desviado, ¿qué crees que podrías hacer para **regresar al camino**? Recuerda que desviarse del camino no significa necesariamente que hayas hecho algo mal o hayas tomado una mala decisión.

¡Alcanza tu meta! 1) **Revisa tu meta y los pasos con frecuencia.** Para una meta a corto plazo, podrías revisar cada semana o incluso todos los días. Para una meta a largo plazo podrías revisar cada mes, cada 3 meses, o una vez al año. 2) **Crea un recordatorio para ti mismo.** Por ejemplo, utiliza un calendario para marcar tus fechas límite o un teléfono celular para que te envíe mensajes con tus fechas límite. También puedes pedir a un familiar o amigo que te recuerde la fecha. 3) Si has dado seguimiento completando los pasos, **continúa con los siguientes pasos de tu plan.** 4) **Si te das cuenta de que has perdido el rumbo, ¡no te desanimes!** ¡Casi siempre puedes encontrar la manera de volver al camino!

Rotafolio 1.4a

Camino de Sofía



¡Pon tu meta! 1) Piensa en una **meta a futuro** que signifique mucho para ti. 2) La meta debe ser clara, realista y ayudarte a crecer para ser una persona aún mejor.

¡Analiza los pasos! 1) Piensa en **los pasos a largo y a corto plazo** que tendrás que seguir para alcanzar tu meta. 2) En tu camino, **crea un calendario** con tus pasos a seguir.

¡Reafirma tu camino! 1) Piensa en al menos una acción o situación que podría desviarte del camino para seguir los pasos hacia tu meta. 2) Piensa en tres **personas, cosas u otros recursos** que podrán ayudarte a vencer obstáculos y a seguir tus pasos. Ejemplos de recursos son personas en tu familia, un maestro, consejero escolar o información de un sitio web confiable. 3) En caso de haberte desviado, ¿qué crees que podrías hacer para **regresar al camino**? Recuerda que desviarse del camino no significa necesariamente que hayas hecho algo mal o hayas tomado una mala decisión.

¡Alcanza tu meta! 1) **Revisa tu meta y los pasos con frecuencia.** Para una meta a corto plazo, podrías revisar cada semana o incluso todos los días. Para una meta a largo plazo podrías revisar cada mes, cada 3 meses, o una vez al año. 2) **Crea un recordatorio para ti mismo.** Por ejemplo, utiliza un calendario para marcar tus fechas límite o un teléfono celular para que te envíe mensajes con tus fechas límite. También puedes pedir a un familiar o amigo que te recuerde la fecha. 3) Si has dado seguimiento completando los pasos, **continúa con los siguientes pasos de tu plan.** 4) **Si te das cuenta de que has perdido el rumbo, ¡no te desanimes!** ¡Casi siempre puedes encontrar la manera de volver al camino!

Rotafolio 1.4b

Camino de Santiago



¡Pon tu meta! 1) Piensa en una **meta a futuro** que signifique mucho para ti. 2) La meta debe ser clara, realista y ayudarte a crecer para ser una persona aún mejor.

¡Analiza los pasos! 1) Piensa en **los pasos a largo y a corto plazo** que tendrás que seguir para alcanzar tu meta. 2) En tu camino, **crea un calendario** con tus pasos a seguir.

¡Reafirma tu camino! 1) Piensa en al menos una acción o situación que podría desviarte del camino para seguir los pasos hacia tu meta. 2) Piensa en tres **personas, cosas u otros recursos** que podrán ayudarte a vencer obstáculos y a seguir tus pasos. Ejemplos de recursos son personas en tu familia, un maestro, consejero escolar o información de un sitio web confiable. 3) En caso de haberte desviado, ¿qué crees que podrías hacer para **regresar al camino**? Recuerda que desviarse del camino no significa necesariamente que hayas hecho algo mal o hayas tomado una mala decisión.

¡Alcanza tu meta! 1) **Revisa tu meta y los pasos con frecuencia.** Para una meta a corto plazo, podrías revisar cada semana o incluso todos los días. Para una meta a largo plazo podrías revisar cada mes, cada 3 meses, o una vez al año. 2) **Crea un recordatorio para ti mismo.** Por ejemplo, utiliza un calendario para marcar tus fechas límite o un teléfono celular para que te envíe mensajes con tus fechas límite. También puedes pedir a un familiar o amigo que te recuerde la fecha. 3) Si has dado seguimiento completando los pasos, **continúa con los siguientes pasos de tu plan.** 4) **Si te das cuenta de que has perdido el rumbo, ¡no te desanimes!** ¡Casi siempre puedes encontrar la manera de volver al camino!

El Camino

Pon tu meta.
Analiza los pasos.
Reafirma tu camino.
Alcanza tu meta.

1 Hoy

Obstáculo: Ir a fiestas

Recurso: Maestro que ayude con hábitos de estudio

2 Próximos 3 meses

Obstáculo: No estudiar

Recurso: Maestro o consejero

3 12o. grado

Obstáculo: Colegiatura costosa

Recurso: Consejero que ayude a conseguir beca

5 Edad 20 años

Obstáculo: el siguiente paso en la carrera

Recurso: Trabajo de verano en clínica u hospital

Mi meta a los 25 años de edad:

Fisioterapeuta

4 Después de graduación secundaria

Obstáculo: Jugar video juegos

Recurso: Amigos que van bien en la escuela

5

Trabajar para obtener un título universitario en fisioterapia.

4

Asistir a universidad con buen programa de pre-fisioterapia.

3

Tomar el examen SAT con puntuación mínima de 1200

2

Mejorar el promedio de calificaciones a más de 3.0

1

Asistir a clases regularmente, estudiar y prepararse para lecciones y exámenes.

Recurso del facilitador 1.2
Camino de Sofía

Recurso del facilitador 1.2

Camino de Sofía y de Santiago (Ejemplo)

Camino de Sofía

PON TU META: Sofía quisiera ser fisioterapeuta especializada en lesiones deportivas. A la edad de 25 años, Sofía quiere haber terminado sus estudios y tener un trabajo como fisioterapeuta.

ANALIZA LOS PASOS: 1) **Inmediatamente:** Asistir a clases regularmente, estudiar y prepararse para las clases y los exámenes. 2) **Próximos 3 a 6 meses:** Mejorar el promedio de calificaciones a más de 3.0; 3) **En el grado 12:** Tomar el examen SAT y obtener una puntuación de por lo menos 1200; 4) **Después de graduarse de la preparatoria:** Asistir a una universidad que tenga un buen programa de pre-fisioterapia; 5) **Cuando tenga veinte años:** Trabajar para obtener un título universitario en fisioterapia.

REAFIRMA TU CAMINO: Una acción que podría ayudarle a Sofía a alcanzar su meta es obtener un trabajo de verano como voluntaria en una clínica u hospital. Una acción que podría desviar a Sofía de su camino sería salir a fiestas y descuidar sus estudios. Los recursos podrían incluir maestros y consejeros en su escuela que le ayuden a mejorar sus habilidades de estudio. Un consejero de su escuela también puede ayudarle a encontrar fondos universitarios para los que ella pueda calificar, así como recomendar sitios en internet confiables con información sobre becas.

ALCANZA TU META: Sofía sabrá que ha alcanzado su meta cuando esté trabajando como fisioterapeuta en una clínica o centro deportivo. Antes de alcanzar su meta, Sofía necesita tomar buenas decisiones y escuchar las **señales de advertencia** de posibles desvíos en el camino.

El Camino

Pon tu meta.
Analiza los pasos.
Reafirma tu camino.
Alcanza tu meta.

1 Hoy

Obstáculo: Trabajar y no estudiar

Recurso: Hablar con padres sobre las prioridades

2 Próximos 3 meses

Obstáculo: Finanzas

Recurso: Consejero escolar para ser pasante pagado durante el verano

3 12o. grado

Obstáculo: Pagar la universidad

Recurso: Ayuda financiera, becas

5 Edad 20 años

Obstáculo: Mantener las becas mientras trabaja

Recurso: Amigos para que cubran su puesto en la tienda de los padres

Mi meta a los 25 años de edad:

Ser dueño de su negocio

4 Después de graduación secundaria

Obstáculo: Necesidad de quedarse cerca de casa

Recurso: Consejero de trabajo

5

Desarrollar plan para abrir negocio

4

Ir a una universidad con buen programa de negocios o solicitar programa de capacitación/pasantía en negocios

3

Trabajar como pasante voluntaria en compañía local

2

Tomar tiempo para aprender más sobre el negocio de sus padres

1

Asistir a la escuela regularmente, estudiar y prepararse para las clases y los exámenes.

Recurso del facilitador 1.2
Camino de Santiago

Recurso del facilitador 1.2

Camino de Sofía y de Santiago (ejemplo)

Camino de Santiago

PON TU META: Santiago quisiera ser dueño de su propio negocio.

ANALIZA LOS PASOS: 1) **Inmediatamente:** Asistir a clases regularmente, estudiar y prepararse para lecciones en clase y exámenes. 2) **Próximos 3 a 6 meses:** Tomar tiempo para aprender más del negocio de sus padres; 3) **En 12º. grado:** Trabajar como pasante voluntario para una compañía local; 4) **Después de graduarse de la escuela preparatoria:** Asistir a una universidad con un buen programa de negocios o solicitar un programa de entrenamiento/pasante en negocios; 5) **En sus años 20's:** Desarrollar un plan para abrir su propio negocio.

REAFIRMA TU CAMINO: Un atajo que podría ayudar a Santiago es la oportunidad de unirse a un programa extraescolar sobre el desarrollo de negocios. Un desvío para Santiago podría ser quedarse cerca de casa al terminar la preparatoria para ayudar en la tienda de sus padres. Los recursos podrían ser hablar con un consejero universitario para encontrar opciones de universidades locales a las que pueda asistir medio tiempo o programas de capacitación y pasantía en negocios.

ALCANZA TU META: Santiago sabrá que alcanzó su meta cuando trabaje de tiempo completo en su propio negocio. Antes de alcanzar su meta, Santiago debe tomar buenas decisiones y escuchar las **señales de advertencia** de posibles desvíos en el camino.

Materiales del cuaderno de trabajo:

- Lección 1: Mensajes clave
- Folleto 1.1: Mapa de El Camino con definición de **PARA**
- Folleto 1.2: Novela de Sofía y Santiago