

# Descubriendo mi camino: El sentido de mi vida y mi proyecto personal

Ética y Valores | Ética y valores | Aprendizaje Invertido

## Descripción

Este plan de clase está diseñado para que estudiantes de primaria (6-11 años) comprendan la importancia de tener un proyecto de vida y cómo encontrar un sentido personal en sus acciones y decisiones diarias. A través de actividades lúdicas, reflexivas y colaborativas, los niños aprenderán a identificar sus intereses, valores y sueños, conectando estos con su vida cotidiana. Este aprendizaje es fundamental para que desarrollen una autoestima positiva y una visión clara de su futuro, comprendiendo que cada pequeño paso que dan tiene un propósito y sentido. El tema se aborda con un enfoque activo y centrado en el estudiante, usando la metodología de Aprendizaje Invertido, para que ellos sean protagonistas de su propio aprendizaje y lo apliquen en situaciones reales y significativas.

Además, este plan busca fomentar habilidades de reflexión, expresión emocional, toma de decisiones y colaboración, que son esenciales para el desarrollo integral y ético de los niños. Al conocer el sentido de la vida y elaborar un proyecto personal, los estudiantes podrán construir un camino con propósito, sentido y valores que guíen sus acciones presentes y futuras.

## Objetivos de Aprendizaje

- Identificar y expresar sus intereses, valores y sueños personales relacionados con su proyecto de vida.
- Analizar el concepto del sentido de la vida y relacionarlo con experiencias personales y cotidianas.
- Crear un primer borrador visual y escrito de su proyecto de vida, incorporando metas a corto y largo plazo.
- Reflexionar sobre la importancia de sus decisiones y acciones para construir un futuro con sentido.
- Colaborar con sus compañeros para compartir ideas y respetar diferentes puntos de vista sobre el proyecto de vida.

## Recursos Necesarios

- Videos animados sobre el sentido de la vida y proyecto de vida (2 videos, 5 minutos cada uno, enviados para ver en casa).
- Hojas de trabajo impresas para la elaboración del proyecto de vida (una por estudiante).
- Cartulinas, colores, marcadores y pegamento para actividades creativas en grupo.
- Pizarrón o rotafolio para registrar ideas clave y síntesis.
- Dispositivo multimedia para reproducir videos en clase (computadora, proyector o pantalla).
- Material para tarjetas de reflexión (tarjetas pequeñas con preguntas impresas).
- Cuadernos personales de los estudiantes para anotaciones y reflexiones.

## Requisitos Previos

- Habilidades básicas de lectura y escritura propias del nivel de primaria.
- Experiencias previas en identificación de emociones y expresión de ideas personales.
- Conocimiento básico de valores como respeto, responsabilidad y amistad.
- Habilidad para trabajar en equipo y participar en actividades grupales.

## Actividades

### Sesión 1: ¿Qué es el sentido de la vida y cómo descubro mi camino?

#### Fase de Inicio

**Tiempo estimado: 10 minutos**

##### Propósito de la sesión:

**Docente:** "Hoy vamos a comenzar un viaje muy especial para descubrir qué es el sentido de la vida y cómo podemos encontrar nuestro propio camino, nuestro proyecto de vida. Esto nos ayudará a entender por qué hacemos lo que hacemos y qué sueños queremos alcanzar."

##### Activación de conocimientos previos:

**Docente:** "Para empezar, quiero que piensen en algo que les gusta mucho hacer o que les hace sentir muy felices. ¿Quién quiere compartirlo?"

- **Estudiantes:** Comparten sus actividades favoritas en voz alta (uno por uno, breve).

##### Motivación y enganche:

**Docente:** "¿Sabían que cada persona tiene un sentido especial en su vida, algo que los hace únicos y felices? Hoy vamos a descubrir juntos qué significa eso para ustedes."

##### Contextualización:

**Docente:** Explica con ejemplos simples cómo las decisiones diarias (como ayudar a un amigo o estudiar con ganas) están relacionadas con el sentido que damos a nuestra vida.

**Estudiantes:** Escuchan y asienten, haciendo preguntas si surgen.

#### Fase de Desarrollo

**Tiempo estimado: 45 minutos**

##### Presentación del contenido:

**Docente:** "Antes de la clase, ustedes vieron dos videos cortos en casa que hablaban sobre el sentido de la vida y el proyecto personal. Ahora vamos a platicar sobre lo que aprendieron y compartir lo que más les gustó."

### **Actividades de aprendizaje activo:**

#### **• Actividad 1: Ronda de ideas sobre el sentido de la vida**

- **Objetivo:** Analizar el concepto del sentido de la vida y relacionarlo con experiencias personales.
- **Instrucciones:** En círculo, el docente pregunta: "¿Qué es para ustedes el sentido de la vida? ¿Para qué creen que estamos aquí?" Cada estudiante da una idea breve.
- **Organización:** Plenaria.
- **Producto:** Registro en pizarrón de ideas clave.
- **Tiempo:** 15 minutos.
- **Rol docente:** Escuchar activamente, anotar ideas, hacer preguntas para profundizar (ej. "¿Por qué crees eso?").

#### **• Actividad 2: Mi rincón de sueños**

- **Objetivo:** Identificar y expresar intereses y sueños personales.
- **Instrucciones:** Cada estudiante recibe una hoja para dibujar o escribir tres cosas que le gustaría hacer o ser en el futuro. Luego, en parejas, comparten sus dibujos y explican por qué los eligieron.
- **Organización:** Individual y parejas.
- **Producto:** Dibujo y explicación oral.
- **Tiempo:** 20 minutos.
- **Rol docente:** Apoyar con preguntas (ej. "¿Qué te hace querer eso?"), motivar la expresión creativa y asegurar la participación de todos.

#### **• Actividad 3: Juego "Encuentra a quien..."**

- **Objetivo:** Reconocer valores y gustos similares entre compañeros para fomentar empatía y colaboración.
- **Instrucciones:** El docente lee frases relacionadas con valores o sueños (ej. "Encuentra a quien le guste ayudar a otros", "Encuentra a quien quiera ser artista"). Los estudiantes se levantan y buscan a alguien que cumpla la característica para formar pareja y compartir brevemente.
- **Organización:** Grupos de a dos en movimiento.
- **Producto:** Breve intercambio verbal.
- **Tiempo:** 10 minutos.
- **Rol docente:** Facilitar el juego, observar interacciones y promover respeto.

### **Diferenciación:**

- Para estudiantes que terminan antes: les invitará a crear un pequeño cartel con un mensaje positivo sobre sus sueños o sentido de vida.

- Para estudiantes que necesitan más apoyo: el docente les guiará con preguntas concretas y ejemplos para facilitar su dibujo y explicación.

### **Transición:**

**Docente:** "Ahora que sabemos qué es el sentido de la vida y conocemos algunos de sus sueños, en la próxima sesión vamos a aprender a planear un proyecto de vida para hacer esos sueños realidad."

## **Fase de Cierre**

**Tiempo estimado: 5 minutos**

### **Síntesis:**

**Docente:** "Vamos a compartir tres palabras que para ustedes resumen lo que aprendimos hoy sobre el sentido de la vida."

**Estudiantes:** Cada uno dice una palabra y el docente la escribe en el pizarrón.

### **Reflexión metacognitiva:**

- ¿Qué es lo que más te gustó aprender hoy sobre el sentido de la vida?
- ¿Cómo crees que tus sueños pueden ayudarte a encontrar un camino en la vida?
- ¿Qué harás diferente después de lo que aprendiste hoy?

### **Retroalimentación:**

**Docente:** Brinda comentarios positivos sobre las participaciones y dibujos, motivando a seguir explorando sus sueños.

### **Transferencia y tarea:**

**Docente:** "Para la siguiente clase, quiero que piensen en una persona que admiren mucho y qué cualidades de esa persona creen que le dan sentido a su vida. Pueden preguntar en casa y traer una pequeña historia para compartir."

## **Sesión 2: Construyendo mi proyecto de vida: sueños y valores en acción**

### **Fase de Inicio**

**Tiempo estimado: 10 minutos**

### **Propósito de la sesión:**

**Docente:** "Hoy vamos a aprender cómo convertir nuestros sueños en un plan que nos ayude a lograr lo que queremos en la vida. También veremos cómo nuestros valores nos guían en ese camino."

### **Activación de conocimientos previos:**

**Docente:** "¿Quién recuerda el video que vimos en casa? ¿Qué aprendieron sobre los sueños y el sentido de la vida?"

**Estudiantes:** Comparten brevemente sus respuestas.

### **Motivación y enganche:**

**Docente:** Muestra un cartel con la frase: "Un sueño sin plan es solo un deseo". Explica que hoy aprenderán a hacer un plan para sus sueños.

### **Contextualización:**

**Docente:** Conecta el tema con ejemplos cotidianos de los estudiantes, como aprender a andar en bicicleta o estudiar para un examen, mostrando que todos tienen metas que necesitan pasos para lograrlas.

## **Fase de Desarrollo**

**Tiempo estimado: 45 minutos**

### **Presentación del contenido:**

**Docente:** Explicación breve con apoyo visual sobre qué es un proyecto de vida, sus partes básicas: sueños, valores y metas. Utiliza lenguaje sencillo y ejemplos relacionados con los intereses de los niños.

### **Actividades de aprendizaje activo:**

#### **• Actividad 1: Identifico mis valores**

- **Objetivo:** Identificar valores personales que guían sus decisiones.
- **Instrucciones:** El docente entrega tarjetas con valores (ej. honestidad, amistad, respeto). Los estudiantes eligen tres que consideran importantes para su vida y explican por qué en grupos pequeños.
- **Organización:** Grupos de 3-4.
- **Producto:** Listado grupal de valores elegidos y razones.
- **Tiempo:** 15 minutos.
- **Rol docente:** Facilita la discusión, hace preguntas para profundizar (ej. "¿Por qué es importante ese valor para ti?").

#### **• Actividad 2: Mi mapa de metas**

- **Objetivo:** Crear un primer mapa visual de metas relacionadas con sus sueños.
- **Instrucciones:** En hojas grandes o cartulina, los estudiantes dibujan tres metas (una a corto plazo, una mediana y una a largo plazo) relacionadas con los sueños que identificaron en la sesión anterior. Luego escriben una acción que pueden hacer para acercarse a cada meta.
- **Organización:** Individual.
- **Producto:** Mapa visual de metas y acciones.
- **Tiempo:** 25 minutos.

- **Rol docente:** Apoya con ejemplos, ayuda a quienes tienen dificultades, pregunta: "¿Qué necesitas hacer para lograr esta meta?"

### • **Actividad 3: Compartiendo mi mapa**

- **Objetivo:** Expresar y compartir su proyecto de vida inicial para fomentar la comunicación y la escucha respetuosa.
- **Instrucciones:** En parejas, los estudiantes muestran su mapa y explican sus metas y acciones.
- **Organización:** Parejas.
- **Producto:** Explicación oral y escucha activa.
- **Tiempo:** 5 minutos.
- **Rol docente:** Observa, motiva y refuerza actitudes de respeto y empatía.

### **Diferenciación:**

- Estudiantes avanzados pueden agregar más metas o acciones y pensar en posibles obstáculos y soluciones.
- Estudiantes que necesitan apoyo reciben acompañamiento individual para definir metas claras y acciones sencillas.

### **Transición:**

**Docente:** "Muy bien, ya tienen un mapa con sueños, valores y metas. La próxima clase vamos a ver cómo nuestras decisiones diarias y nuestro esfuerzo nos ayudan a construir ese proyecto de vida."

### **Fase de Cierre**

#### **Tiempo estimado: 5 minutos**

### **Síntesis:**

**Docente:** "Vamos a escribir en una hoja tres cosas que aprendimos hoy y que nos ayudarán a cumplir nuestros sueños."

**Estudiantes:** Escriben y, voluntariamente, comparten.

### **Reflexión metacognitiva:**

- ¿Cómo te ayuda conocer tus valores para cumplir tus metas?
- ¿Qué meta es la que más te emociona lograr y por qué?
- ¿Qué acción pequeña harás esta semana para acercarte a una de tus metas?

### **Retroalimentación:**

**Docente:** Elogia los mapas y las reflexiones, destacando la claridad y esfuerzo de cada estudiante.

### **Transferencia y tarea:**

**Docente:** "Para la próxima sesión, quiero que observen en casa o en la escuela alguna decisión importante que alguien tome (puede ser un familiar o amigo) y cómo sus valores influyen en esa decisión. Traigan la historia para compartir."

### **Sesión 3: Decisiones con sentido: construyendo mi futuro día a día**

#### **Fase de Inicio**

**Tiempo estimado: 10 minutos**

##### **Propósito de la sesión:**

**Docente:** "Hoy vamos a aprender cómo nuestras decisiones y acciones diarias nos ayudan a construir nuestro proyecto de vida y a vivir con sentido."

##### **Activación de conocimientos previos:**

**Docente:** Invita a compartir las historias sobre decisiones importantes que observaron en casa o en la escuela.

**Estudiantes:** Comparten en plenaria.

##### **Motivación y enganche:**

**Docente:** Presenta un reto: "Imaginemos que cada decisión que tomamos es una semilla. ¿Qué tipo de árbol queremos que crezca con nuestras semillas?"

##### **Contextualización:**

**Docente:** Relaciona la metáfora con la importancia de pensar antes de actuar y cómo esas acciones se suman para construir el sentido de nuestra vida.

#### **Fase de Desarrollo**

**Tiempo estimado: 45 minutos**

##### **Presentación del contenido:**

**Docente:** Explica brevemente cómo las decisiones influyen en el proyecto de vida, usando ejemplos claros y cotidianos.

##### **Actividades de aprendizaje activo:**

###### **• Actividad 1: Historias de decisiones**

- **Objetivo:** Analizar cómo las decisiones diarias impactan el sentido de la vida.
- **Instrucciones:** En grupos de 4, los estudiantes inventan una pequeña historia donde un personaje debe tomar una decisión importante que afecta su futuro. Después la presentan al grupo clase.
- **Organización:** Grupos de 4.

- **Producto:** Relato oral o pequeño dibujo ilustrativo.
- **Tiempo:** 25 minutos.
- **Rol docente:** Orienta la creación, plantea preguntas para enriquecer la historia y asegura participación igualitaria.

#### • **Actividad 2: Mi compromiso con el proyecto de vida**

- **Objetivo:** Crear un compromiso personal con acciones que refuercen su proyecto de vida.
- **Instrucciones:** Cada estudiante escribe o dibuja en una tarjeta una acción concreta que realizará esta semana para acercarse a su meta y vivir con sentido. Luego comparten voluntariamente.
- **Organización:** Individual y plenaria.
- **Producto:** Tarjeta compromiso.
- **Tiempo:** 15 minutos.
- **Rol docente:** Motiva, da ejemplos y refuerza compromisos.

#### **Diferenciación:**

- Estudiantes con mayor facilidad pueden incluir una reflexión sobre posibles obstáculos y cómo superarlos.
- Estudiantes que requieren apoyo pueden expresar su compromiso con dibujos o frases sencillas, con ayuda del docente.

#### **Transición:**

**Docente:** "Con estos compromisos, estamos sembrando las semillas para que nuestro árbol crezca fuerte y con sentido."

#### **Fase de Cierre**

**Tiempo estimado: 5 minutos**

#### **Síntesis:**

**Docente:** Pide a los estudiantes que formen un círculo y compartan una palabra que describa cómo se sienten al haber aprendido sobre su proyecto de vida.

#### **Reflexión metacognitiva:**

- ¿Cómo te ayudarán las decisiones que tomas cada día a lograr tus sueños?
- ¿Qué valor es el más importante para ti y por qué?
- ¿Qué acción te comprometes a hacer esta semana para cuidar tu proyecto de vida?

#### **Retroalimentación:**

**Docente:** Felicita a los estudiantes por su participación, esfuerzo y compromiso, destacando la importancia de vivir con sentido y valores.

## Transferencia y tarea:

**Docente:** "Les invito a contar en casa lo que aprendieron y a compartir su compromiso con su familia para que juntos los apoyen."

## Evaluación

**Tipo de evaluación:** Formativa y sumativa. Se realiza durante las fases de desarrollo y cierre en cada sesión para monitorear el aprendizaje y al final para valorar el logro de los objetivos.

### Criterios de evaluación:

- Expresa claramente sus intereses y sueños personales (Objetivo 1).
- Relaciona el sentido de la vida con sus experiencias y decisiones personales (Objetivo 2).
- Elabora un mapa visual y escrito de su proyecto de vida con metas y acciones (Objetivo 3).
- Reflexiona sobre la importancia de sus decisiones para construir su futuro con sentido (Objetivo 4).
- Comparte y respeta ideas diferentes en actividades grupales (Objetivo 5).

### Instrumentos sugeridos:

- Lista de cotejo para evaluar la participación en discusiones y actividades.
- Rúbrica sencilla para valorar el mapa de metas y compromisos personales.
- Observación directa durante actividades grupales y exposiciones orales.
- Autoevaluación guiada con preguntas simples al final de cada sesión.
- Portafolio con los productos elaborados (dibujos, mapas, tarjetas de compromiso).

### Evidencias de aprendizaje:

- Participación activa en rondas de ideas y juegos.
- Dibujos y explicaciones de sueños y valores.
- Mapas de metas y acciones concretas.
- Historias grupales sobre decisiones y compromisos personales escritos o dibujados.
- Respuestas a preguntas de reflexión y autoevaluación.