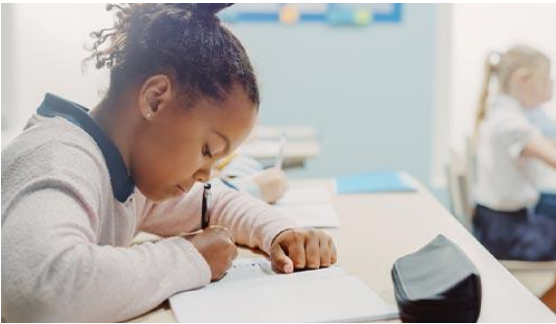


OBJETIVOS DE APRENDIZAJE

El propósito de esta lección es ayudar a los estudiantes a explorar las estrategias para establecer metas e invitarlos a establecer metas específicas en sus propias vidas.



CONTENIDO DE LA LECCIÓN

Las metas crean propósito y dirección en nuestras vidas y se construyen alrededor de una visión que creamos para nosotros mismos. El éxito o fracaso de nuestras metas puede tener un gran impacto en nuestro bienestar general. Los objetivos se consiguen a través de pequeños hábitos que se van produciendo a lo largo del día.

STRATEGIES

- Establece metas alcanzables.
- Crea una línea de tiempo para tus objetivos.
- Divide las metas en pequeños pasos.

INICIADORES DE CONVERSACIÓN

- ¿Qué tipo de sueños o aspiraciones tienes para tu vida?
- ¿Por qué es importante establecer metas que sean medibles y alcanzables?
- ¿Qué hábitos saludables crees que te servirían mejor?

AMPLIAR EL APRENDIZAJE

- Crea un collage usando recortes de revistas o periódicos para hacer un tablero de visión para tu vida. Incluye personas y lugares que te inspiren. Pegue las palabras o los valores que más le importen.
- Entreviste a alguien que crea que tiene éxito en su vida o en la comunidad. Invítelos a resumir sus objetivos y hablar sobre cómo lograron el éxito.