

**Viernes  
10  
de diciembre**

## **6° de Primaria Educación Socioemocional**

*Si me lo propongo, lo puedo lograr*

**Aprendizaje esperado:** *Identifica que con base en el esfuerzo puede lograr algo que se propone.*

**Énfasis:** *Identifica que con base en el esfuerzo ahora puede lograr cosas que antes no podía, reconociendo así su capacidad de logro en el futuro.*

### **¿Qué vamos a aprender?**

Identificarás que con base en el esfuerzo puedes lograr algo que te propones.

Te presentaremos información y algunas actividades que te ayudarán a identificar que con base en el esfuerzo ahora puedes lograr cosas que antes no podías, reconociendo así tu capacidad de logro en el futuro.

Desarrollarás habilidades para esforzarte y conseguir lo que deseas. Debes conocerte e identificar cómo vas cambiando cada día. Tus cambios físicos y emocionales son producto de que estás creciendo, de que estás dejando atrás la infancia.

### **¿Qué hacemos?**

¿Qué has hecho para controlar tus emociones aflictivas?

Además de relajarte, debes llevar a cabo otras cosas y ser positivo para autorregular tus emociones.

Comparte la situación a vencer con otros y busca apoyo para encontrar solución y lograr lo que quieres.

### Actividad 1

Imagina que manejas unos títeres en forma de vasijas: Ruperta y Rigoberta.

Ahora presta atención a la siguiente historia sobre cómo con el esfuerzo puedes lograr algo que te propongas.

En el estado de Oaxaca, un cargador de agua tenía dos grandes vasijas que colgaban en los extremos de un palo y que llevaba encima de los hombros. Una de las vasijas tenía varias grietas, mientras que la otra era perfecta y conservaba toda el agua al final del largo camino a pie, desde el arroyo hasta la casa.



**Ruperta** (*Vasija rota*): ¡Llegamos! pero solo tengo la mitad de agua que tú, Rigoberta.

**Rigoberta** (*Vasija perfecta*): Sí, me he dado cuenta que durante años ha sucedido lo mismo, ¡Lo lamento! “Todo por servir se acaba” Ruperta. Tengo que decirte que me siento orgullosa de lograr lo que me he propuesto desde que nací: Llevar el agua fresca a la mesa.

**Ruperta:** Yo en cambio, me siento un poco avergonzada porque derramé la mitad del agua en quién sabe qué lugares en el camino.

Ruperta se puso muy triste y preocupada por la situación que vivía. Sentía que ya no podría llevar a cabo aquello que tanto le gustaba.

**Rigoberta:** Ruperta, mañana cuando regresemos del arroyo a la casa, quiero que notes las bellísimas flores que crecen a lo largo del camino.

**Ruperta:** Así lo haré.

Así lo hizo Ruperta, la tinaja rota. Y en efecto, vio muchísimas flores hermosas a lo largo del trayecto, sin embargo, al llegar a casa.

**Rigoberta:** Te diste cuenta de las hermosas flores a lo largo del camino, ¿Cómo crees que florecieron?

**Ruperta:** Sí, son muy hermosas, pero, el hecho es que yo solo llego con la mitad de agua del total que me cargan al estar en el arroyo. No logro mi propósito.

**Rigoberta:** ¿Te has dado cuenta que las flores sólo crecen en tu lado del camino? siempre he sabido de tus grietas y de que llegas con la mitad del agua, sin embargo, también me he dado cuenta y he reconocido el lado positivo de tu situación.

**Ruperta:** Te agradezco que me quieras ayudar amiga, pero ya no logro hacer ahora lo que tú haces en forma perfecta.

**Rigoberta:** Ya hace tiempo me di cuenta que el aguador sembró semillas de flores a todo lo largo del camino por donde tú vas.

**Ruperta** (*interrumpiendo*): No me había percatado de ello, ¿No lo hace también de tu lado del camino? ¿Por qué lo hará donde voy derramando el agua?

**Rigoberta:** ¡Es claro como el bello sol! a través de tus grietas dejas escurrir el agua que ha dado vida a las flores, luego él recoge las flores y las lleva al mercado a vender.

**Ruperta:** ¡Es verdad! desde hace tiempo disfruto las bellas flores que el aguador pone sobre la mesa.

**Rigoberta:** Si no fueras exactamente cómo eres, con tus fortalezas y debilidades, no hubiera sido posible crear esta belleza.

Ruperta sonrió y al día siguiente, al pasar junto a las flores, las disfrutó mucho más que antes.

Cada persona tiene sus propias grietas y sus fortalezas, pero todos y todas pueden lograr lo que se proponen con esfuerzo y dedicación.

Observa los siguientes videos:

**1. Hacer el bien. Un techo para México.**

<https://www.youtube.com/watch?v=BitDDA-6Hqk>

**2. Hacer el bien. Colectivo Fundamental y Brigada Callejera.**

[https://www.youtube.com/watch?v=\\_Ibu4UZbB8Q](https://www.youtube.com/watch?v=_Ibu4UZbB8Q)

El esfuerzo y perseverancia pueden ayudarte a alcanzar tus metas. Recuerda no desistir y no dejar a un lado ni perder de vista eso que quieres lograr.

¿Tienes alguna historia o una experiencia en la que gracias a que te esforzaste lograste tu cometido?

## **El Reto de Hoy:**

En tu diario de emociones anota algunas metas.

¿Qué tienes en mente? ¿Cómo vas a lograrlo? ¿Cuáles son los pasos que tienes que hacer?

Si en tu casa hay libros relacionados con el tema, consúltalos, así podrás saber más. Si no cuentas con estos materiales no te preocupes. En cualquier caso, platica con tu familia sobre lo que aprendiste, seguro les parecerá interesante.

**¡Buen trabajo!**

**Gracias por tu esfuerzo.**

## **Para saber más:**

Lecturas

[https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/533118/6o\\_CUADERNO\\_OK\\_PNCE.pdf](https://www.gob.mx/cms/uploads/attachment/file/533118/6o_CUADERNO_OK_PNCE.pdf)