

Secundaria — aprende



Desarrollo Vocacional Inicial

Índice

Reconociendo mis intereses	3
Exploro y desarrollo mis habilidades	5
Mis metas, mi historia.....	7
Información para construir mis metas	9

Reconociendo mis intereses



Te proponemos hacer una pausa para pensar en vos, y en tus intereses personales. Es una oportunidad para descubrir (o redescubrir) qué cosas te llaman la atención, qué temas te apasionan o te despiertan curiosidad.

Conocerte un poco más puede ayudarte a tomar decisiones, a potenciar lo que te gusta y, sobre todo, a construir tu propio camino. A veces no es fácil, pero con constancia y apoyo se puede avanzar. ¡Vamos a empezar!



Actividades: ¿Qué dice de vos lo que te gusta?

1. Pensá en **los temas que te interesan o actividades significativas para vos** que te gustan hacer en tu tiempo libre, en la escuela o fuera de ella.

Ámbitos	¿Qué me interesa o me gusta hacer?
En la escuela	
Fuera de la escuela	

Revisá identificá si hay puntos en común entre las cosas que elegiste y comentá qué pensás que dice de vos.

.....

.....

.....

.....



Actividad 2: Organizándote para potenciar lo que te gusta.

a. Marcá en un horario semanal las actividades que realizás y que tienen relación con los intereses que mencionaste.

Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo

b. Podés conversar con tu entorno familiar o docentes para planificar nuevas acciones y seguir potenciando así tus intereses. Luego de conversarlo, agregalas en este horario semanal. Puede ser desde ver una película sobre un tema o averiguar en la web, hasta elegir ser parte de un taller en la escuela, anotarte en una actividad nueva, o poner en práctica algo que te guste hacer.

**Actividad 3:** ¿Qué sentís y con quién contás?

La siguiente nube de emociones redondeá aquellas que sentís con más frecuencia frente a las actividades que identificaste.



b. ¿Alguna te pareció una emoción difícil de afrontar o resolver? ¿Cuál?

.....

c. ¿Quién o quiénes pensás que te pueden ayudar a afrontar esas emociones?

.....

d. ¿Quién o quiénes pensás que te pueden ayudar a afrontar esas emociones?

.....

Exploro y desarrollo mis habilidades



Una habilidad es la capacidad o predisposición que tiene una persona para desarrollar una tarea determinada. Por ejemplo, se puede tener facilidad para comunicarse con otros, resolver problemas en matemática, expresarse a través del arte, aprender a tocar un instrumento o tener predisposición para realizar un deporte.

Veamos ahora qué habilidades querés desarrollar.



Actividad 1: ¿Pensaste alguna vez...?

1. ¿Alguna vez escuchaste frases como las siguientes? “Nací para la música”, “Soy un crack para el fútbol”, “La matemática no es para mí”, “El inglés no es lo mío”.

Siguiendo esos ejemplos, pensá en tus habilidades vinculadas a la escuela y completá las oraciones:

1. Soy bueno en.....
..... no es lo mío
2. Me gustaría tener facilidad para.....
.....



Conversá lo que escribiste con un referente docente o un adulto significativo para poder reflexionar sobre tus respuestas y que puedan pensar juntos otras habilidades que tenés. Podés sumar nuevas frases:

.....

.....

.....

.....

.....



Actividad 2: Planificando el camino

A partir de la consigna anterior, te proponemos que recuperes aquello que identificaste como “Me gustaría tener facilidad para” y armes un recorrido que te ayude a lograrlo.



Me gustaría tener facilidad para	
El primer paso para lograrlo (por ejemplo si te interesa aprender guitarra el primer paso es aprender las notas)	
Las siguientes cosas me pueden resultar sencillas	
Las cosas me pueden resultar difíciles	
Me puede ayudar (identificá una persona que te pueda ayudar a lograrlo)	
Qué habilidades tengo que me pueden ayudar a lograrlo	



Actividad 3: Tus preguntas guía para avanzar

Te proponemos la siguiente rutina para incorpores siempre que quieras desarrollar tus habilidades:



¿Qué quiero hacer vinculado a mi proyecto de vida personal? ¿Qué pasos necesito dar?

¿Qué tengo de mí para aportar?

¿Con quiénes voy a contar?

Mis metas, mi historia



Pregunta inicial/ Disparador

Hay actividades que realizás en la escuela que podés elegir (por ejemplo inscribirte en un taller electivo) y otras que tenés que hacerlas obligatoriamente (por ejemplo cuando rendís un examen). En ambos casos, se trata de tareas que te permiten crecer y podés imprimirle un sello personal a partir de tus intereses, habilidades y propósitos.

En este sentido, es importante que puedas identificar aquellas actividades que disfrutás y te generan un interés especial para pensar de qué manera pueden aportar a tu proyecto de aprendizaje.



Actividad 1: "Había una vez..."



a. Leé este relato:

Mateo había empezado el año con muchas ganas. Los martes a la mañana tenía Taller de dibujo y siempre llegaba con sus lápices bien afilados y un cuaderno que parecía nuevo. Le gustaba perderse en los colores, dibujar mientras escuchaba música baja de fondo, y descubrir que podía expresar cosas que a veces ni sabía cómo explicar con palabras.

En cambio, cuando llegaba la hora de Matemática, sacaba la carpeta un poco más despacio. No era que no entendiera, pero no lo motivaba. Mientras copiaba fórmulas, a veces garabateaba en los márgenes pequeñas figuras que nadie más veía.

Un día, al revisar su carpeta, la profesora de Matemática le dijo en tono amable:

—Tenés mucho talento para los dibujos. ¿Nunca pensaste en usarlo para resolver problemas?

Mateo sonrió tímido. No había pensado que su interés por los dibujos le iba a permitir aprender mejor en otras áreas. Esa noche, mientras repasaba la tarea, coloreó los pasos de la resolución como si fueran un mapa. Y por primera vez, sintió que las cuentas también podían tener un poco de color.

- b. Escribí un breve párrafo de reflexión sobre lo que le pasa a Mateo, a partir de la siguiente guía: ¿Cómo se siente en cada tipo de actividad? ¿Qué diferencias notás entre una y otra inicialmente? ¿Cuál es la propuesta de la docente y por qué te parece que Mateo sonrió y encontró una forma más amena de resolver los problemas de matemática?



Actividad 2: El nudo de esta historia.

Lo que leíste recién es la experiencia de Mateo. Ahora, podés pensar en tu propia experiencia. Para eso reflexioná y escribí:

- **3 actividades escolares** que realices habitualmente, que quizás no las disfrutas pero te hacen sentir mejor tras haberlas hecho (*Ejemplo: preparar un examen de historia para aprobar*)

-
-
-

- **3 actividades** que te interesen y resulten significativas para tu proyecto de vida: (*Ejemplo: participar en un taller de ciencias porque me interesa la investigación*).

-
-
-



Actividad 3: Escribiendo tu propio relato.

Así como hizo Mateo, que integró su interés por el arte con el aprendizaje de matemática, vos también podés encontrar tu propia forma de resolver las actividades de la escuela. Para eso, podés retomar las actividades escolares que señalaste en el punto anterior para pensar en cómo potenciar tus formas de hacer las cosas y tu proyecto personal:

- a. ¿De qué manera podés realizar las actividades de la escuela aprovechando tus intereses, habilidades y metas personales?

.....

.....

.....

- b. ¿Cómo contribuye a tu formación personal?

.....

.....

.....

Información para construir mis metas



La imaginación no tiene límites. Podés representarte en distintos espacios y proyectar futuros posibles. Conocer historias de personas que realizan actividades como las que vos soñas puede resultar inspirador y brindarte pistas certeras para pensar tu propio recorrido.



1. Canciones que inspiran

Lee la letra de esta canción popular. Sueño dorado – Abel Pintos

*“La sensación de querer tocar
Esa magia que existe en el cielo
La libertad de poder volar
A donde quieras, sin prisa y sin miedo
Sueño dorado del sol
Sueño dorado del sol
Eres camino para mis pasos
Cuna de oro para mis sueños”*

a. ¿Qué creés que significa: “la libertad de poder volar adonde quieras, sin prisa y sin miedos” ?

.....

.....

b. ¿Qué relación encontras entre “la magia” y “la libertad” y la idea de dar pasos y construir el camino?

.....

.....



2. La libertad de poder volar adonde quieras.

Imaginate dentro de cinco años, reflexioná sobre las preguntas y representar como prefieras, mediante un dibujo, canción o texto escrito:

¿A qué te gustaría dedicarte en cinco años? Podés pensar en una profesión u oficio que te gustaría desarrollar. ¿Cómo creés que lo aprendido en la secundaria puede ayudarte a llegar hasta ahí?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



3. Eres camino para mis pasos.

Busca algún referente (puede ser alguien cercano o un personaje publico) que realice la actividad con la que vos soñás. Conversá o leé sobre esa persona para conocer cómo y dónde se formó, identificar las características de la actividad, en qué ámbitos la realiza y qué cosas necesita, entre otras cuestiones. Registrá la información.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



4. Sueño dorado del sol

Compartan con su docente y compañeros sobre lo que pudieron conocer de los referentes que cada uno eligió. Para presentarlo, comenten a qué se dedica, por qué les interesó, cuál fue el camino que recorrieron, cómo superaron obstáculos, entre otras cuestiones que quieran compartir.

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

