

# MENTALIDAD EN CRECIMIENTO

## HERRAMIENTAS



Prudencia  
Fortaleza



Persistencia



Empiezo  
y Termino



Impaciencia  
Negatividad

## SECUNDARIA / PREPARATORIA

Este mes fortaleceremos nuestro cerebro para generar afirmaciones positivas y luchas en contra de los pensamientos negativos que pueden llegar a desanimarnos y hacernos sentir incapaces o que valemos menos. Ayuden a sus niños a generar ideas para contrarrestar los pensamientos negativos. Hablen en positivo y busquen soluciones.

### CATÁLOGOS

CATÁLOGO GYM CEREBRAL

CONCIENCIA  
PLENA MEDIO DÍA

CONCIENCIA PLENA  
FINAL DEL DÍA

<https://bit.ly/3PE5aSu>

<https://bit.ly/3LrhDpV>

<https://bit.ly/3Zm1UOO>

### SEMANA 1

## Aprendizajes esperados

- Esta semana se presentan las herramientas y la misión de la semana, con el objetivo de que se las aprendan y las recuerden toda la semana.
- Cultivar la capacidad de tomar decisiones sabias y mantener la fortaleza ante desafíos y adversidades.
- Impulsarlos a enfrentar y superar obstáculos, manteniendo un enfoque positivo y perseverante.
- Ayudarlos individuos a establecer metas claras, iniciar proyectos con determinación y llevarlos a cabo hasta su conclusión.
- Aprender a mantener la calma y la paciencia durante los períodos de espera o dificultades, reconociendo que el progreso lleva tiempo.

### MISIÓN: HABLO BIEN DE LOS DEMÁS

HR	PAUSA ACTIVA	SUGERIDA	LINK	OBERVACIONES
	<b>INICIO DEL DÍA.</b> Gym Cerebral:	VIDEO	Equilibrio	<a href="https://bit.ly/45BVzko">https://bit.ly/45BVzko</a>
	<b>DESPUÉS DEL RECESO.</b> Conciencia plena:	AUDIO	¿Qué escucho?	<a href="https://bit.ly/3tc3y4D">https://bit.ly/3tc3y4D</a>  Meditación para fortalecer la concentración y la mentalidad en crecimiento. Identificar sonidos.
	<b>FINAL DEL DÍA.</b> Conciencia plena:	AUDIO	Momento presente. En un bosque.	<a href="https://bit.ly/3hTNDwz">https://bit.ly/3hTNDwz</a>  Meditación para fortalecer la concentración y la mentalidad en crecimiento. En esta meditación iremos a un bosque.



<b>RECURSO IMPRIMIBLE</b>	<b>LIBRO</b>	Mentalidad en crecimiento	<a href="https://a85daa16-4b03-4797-bd3c-b7a639f41705.usrfiles.com/ugd/a85daa_a9822dde551848bd8f5c128b104ef180.pdf">https://a85daa16-4b03-4797-bd3c-b7a639f41705.usrfiles.com/ugd/a85daa_a9822dde551848bd8f5c128b104ef180.pdf</a>	Para ser proyectado
<b>EJERCICIO DE LA SEMANA</b>	<b>VIDEO</b>	Ser, hacer y tener	<a href="https://youtu.be/tXSR-60gpu4">https://youtu.be/tXSR-60gpu4</a>	Veamos el video y clasifiquemos los pensamientos entre mentalidad fija y mentalidad en crecimiento.
<b>RECURSO IMPRIMIBLE</b>	<b>LIBRO</b>	Tabla: ser, hacer y tener	<a href="https://static.wixstatic.com/media/a85daa_0d233e298f8345acb138d912ed4475cd~mv2.png">https://static.wixstatic.com/media/a85daa_0d233e298f8345acb138d912ed4475cd~mv2.png</a>	Puedes proyectar la aguina 57 del libro o esta tabla del ejercicio.

## SEMANA 2.

# Aprendizajes esperados

- Fomentar la creatividad y la imaginación a través de la escritura de cuentos, animándolos a explorar nuevas ideas y perspectivas.
- Promover la empatía y la comprensión emocional al narrar historias que reflejen diferentes puntos de vista y experiencias de vida.
- Estimular la habilidad de comunicación verbal y escrita al expresar ideas y emociones de manera clara y convincente en sus cuentos.
- Incentivar la colaboración y el trabajo en equipo al compartir y discutir sus cuentos con los demás, creando un ambiente de apoyo y retroalimentación constructiva.
- Fomentar la autoconfianza y la autoexpresión al permitirles compartir sus cuentos de manera voluntaria, celebrando la diversidad de voces y estilos narrativos en el grupo.

## MISIÓN: VUELVO A INTENAR ALGO DE LO QUE ME DÍ POR VENCIDO(A)

HR	PAUSA ACTIVA	SUGERIDA	LINK	OBERVACIONES
	<b>INICIO DEL DÍA.</b> Gym Cerebral:	<b>AUDIO</b>	Espejo, tu reflejo <a href="https://bit.ly/3famYVo">https://bit.ly/3famYVo</a>	Forman parejas, ponen una canción e intentarán ser reflejo del otro, primero uno guía y el otro después. Cambien de pareja cada día de la semana.
	<b>DESPUÉS DEL RECESO.</b> Conciencia plena:	<b>AUDIO</b>	Una nube <a href="https://bit.ly/33aYMKa">https://bit.ly/33aYMKa</a>	Meditación para fortalecer la concentración y la mentalidad en crecimiento. Se realizan afirmaciones positivas "YO SOY..."
	<b>FINAL DEL DÍA.</b> Conciencia plena:	<b>AUDIO</b>	¿Qué me perdono? <a href="https://bit.ly/3nPpGQs">https://bit.ly/3nPpGQs</a>	Meditación para fortalecer la concentración y la mentalidad en crecimiento.
	<b>RECURSO IMPRIMIBLE</b>	<b>LIBRO</b>	Mentalidad en crecimiento <a href="https://a85daa16-4b03-4797-bd3c-b7a639f41705.usrfiles.com/ugd/a85daa_a9822dde551848bd8f5c128b104ef180.pdf">https://a85daa16-4b03-4797-bd3c-b7a639f41705.usrfiles.com/ugd/a85daa_a9822dde551848bd8f5c128b104ef180.pdf</a>	Para ser proyectado
	<b>EJERCICIO DE LA SEMANA</b>	<b>VIDEO</b>	Historias de crecimiento <a href="https://youtu.be/obSAgrcCpBw">https://youtu.be/obSAgrcCpBw</a>	Es el momento de ponerse creativos y escribir historias. Será como un concurso de historias y las más destacadas tendrán la oportunidad de formar parte en la siguiente edición.

## SEMANA 3

# Aprendizajes esperados

- Promover la confianza en sí mismos y en sus habilidades de expresión oral al ofrecer la oportunidad de compartir sus cuentos con el grupo.
- Estimular la escucha activa y la empatía al brindar a cada individuo un espacio para compartir su historia, fomentando un ambiente de respeto y apoyo mutuo.
- Fortalecer el sentido de comunidad y pertenencia al crear un espacio inclusivo donde todos puedan participar y sentirse valorados.
- Celebrar la diversidad de experiencias y perspectivas al escuchar una variedad de cuentos, enriqueciendo así el aprendizaje y la comprensión entre los miembros del grupo.
- Fomentar el desarrollo de habilidades de retroalimentación constructiva al ofrecer comentarios positivos y constructivos sobre los cuentos compartidos, contribuyendo así al crecimiento personal y creativo de cada individuo.

## MISIÓN: CONFÍO EN MÍ

HR	PAUSA ACTIVA	SUGERIDA	LINK	OBERVACIONES
----	--------------	----------	------	--------------



**INICIO DEL DÍA.**  
Gym Cerebral:

VIDEO LADO CONTRARIO

<https://bit.ly/35hDawu>

Después de ver el video, los siguientes días será un alumno el que de las instrucciones.



**DESPUÉS DEL RECESO.**  
Conciencia plena:

AUDIO Imagina Agua

<https://bit.ly/3roetYh>

Meditación para fortalecer la concentración y la mentalidad en crecimiento. Mi cuerpo es agua.



**FINAL DEL DÍA.**  
Conciencia plena:

AUDIO Imagino colores.

<https://bit.ly/3nFcHmd>

Meditación para fortalecer la concentración y la mentalidad en crecimiento. Imagino colores y figuras de acuerdo a los colores.



**RECURSO IMPRIMIBLE**

LIBRO Mentalidad en crecimiento

[https://a85daa16-4b03-4797-bd3c-b7a639f41705.usrfiles.com/ugd/a85daa\\_a9822dde551848bd8f5c128b104ef180.pdf](https://a85daa16-4b03-4797-bd3c-b7a639f41705.usrfiles.com/ugd/a85daa_a9822dde551848bd8f5c128b104ef180.pdf)

Para ser proyectado

**EJERCICIO DE LA SEMANA**

VIDEO Exposiciones

<https://youtu.be/18A0GOy7AfU>

Esta semana sigan los lineamientos para calificar los cuentos o historias que crearon. Sean atentos y respetuosos.

## SEMANA 4

# Aprendizajes esperados

- Promover la confianza en sí mismos y en sus habilidades de expresión oral al ofrecer la oportunidad de compartir sus cuentos con el grupo.
- Estimular la escucha activa y la empatía al brindar a cada individuo un espacio para compartir su historia, fomentando un ambiente de respeto y apoyo mutuo.
- Fortalecer el sentido de comunidad y pertenencia al crear un espacio inclusivo donde todos puedan participar y sentirse valorados.
- Celebrar la diversidad de experiencias y perspectivas al escuchar una variedad de cuentos, enriqueciendo así el aprendizaje y la comprensión entre los miembros del grupo.
- Fomentar el desarrollo de habilidades de retroalimentación constructiva al ofrecer comentarios positivos y constructivos sobre los cuentos compartidos, contribuyendo así al crecimiento personal y creativo de cada individuo.

## MISIÓN: AGRADECO POR 3 COSAS CADA DÍA

PAUSA ACTIVA	SUGERIDA	LINK	OBERVACIONES
<b>INICIO DEL DÍA.</b> Gym Cerebral:	VIDEO DEDOS ENTRELAZADOS	<a href="https://youtu.be/OW6EeCHzWEE">https://youtu.be/OW6EeCHzWEE</a>	Puedes ver el video para dar las instrucciones al iniciar el día. Se trata de entrelazar los dedos e ir moviendolos segun se indique.
<b>DESPUÉS DEL RECESO.</b> Conciencia plena:	AUDIO Fluyo	<a href="https://bit.ly/3DrTTw5">https://bit.ly/3DrTTw5</a>	Meditación para fortalecer la concentración y la mentalidad en crecimiento. Ser conciente del cuerpo.
<b>FINAL DEL DÍA.</b> Conciencia plena:	AUDIO INSTRUMENTOS	<a href="https://bit.ly/3uEfOey">https://bit.ly/3uEfOey</a>	Meditación para fortalecer la concentración y la mentalidad en crecimiento. Identifio instrumentos.
<b>RECURSO IMPRIMIBLE</b>	LIBRO Mentalidad en crecimiento	<a href="https://a85daa16-4b03-4797-bd3c-b7a639f41705.usrfiles.com/ugd/a85daa_a9822dde551848bd8f5c128b104ef180.pdf">https://a85daa16-4b03-4797-bd3c-b7a639f41705.usrfiles.com/ugd/a85daa_a9822dde551848bd8f5c128b104ef180.pdf</a>	Para ser proyectado
<b>EJERCICIO DE LA SEMANA</b>	VIDEO Exposiciones	<a href="https://youtu.be/18A0GOy7AfU">https://youtu.be/18A0GOy7AfU</a>	Esta semana sigan los lineamientos para calificar los cuentos o historias que crearon. Sean atentos y respetuosos.