

Hablemos del futuro



Carta desde mi yo del futuro.



DURACIÓN TOTAL: 30 minutos.

MATERIALES:

Hojas o cuaderno, boli, música suave (opcional).



Individual/ grupo/ plenario.



COMPETENCIAS: Aprendizaje para la

vida (autoconocimiento, toma de decisiones).



Fomentar la reflexión sobre el propio proyecto vital y laboral,

ayudando al alumnado a visualizar metas de futuro, reconocer la importancia de las decisiones y los pasos intermedios, y comprender que los errores forman parte del aprendizaje y pueden abrir nuevas oportunidades.

"Rocío dice en el vídeo que el futuro se construye con las decisiones que

1. Inicio (5')

día a día laboral dentro de 10 años". Preguntas para lanzar al grupo:

vamos tomando. Vais a imaginar cómo os gustaría que fuera vuestro

¿Qué os gustaría haber conseguido a nivel laboral?

"Ahora, vais a escribir una carta como si tuvierais 10 años más y estuvierais ya trabajando en lo que deseáis. Esta carta se la vais a dirigir

Preguntas para guiar al alumnado en la escritura de su carta:

experiencias, personas que ayudaron).

- ¿Cambiaste de decisión por el camino?

• ¿Qué pasos tuviste que dar para llegar ahí? (estudios,

No se trata de adivinar, sino de imaginar y planificar.

Después, reflexionad en grupo y responded a estas preguntas:

• ¿Qué alternativas existen si no se consigue el objetivo principal? • ¿Qué papel juegan los errores y aprendizajes en el camino?

> Mientras circulas por los grupos, refuerza la idea de que hay muchos caminos posibles para llegar a una meta, y que el error no cierra puertas, sino que abre aprendizajes.

Cada grupo elige un portavoz que comparte:

MENSAJE DE CIERRE:

El futuro laboral no está escrito: se construye con pasos,

con decisiones y también con aprendizajes de los errores. Lo importante es avanzar, adaptarse y no rendirse a la primera.

5. Evaluación formativa (rápida)

"El primer paso que puedo dar esta semana hacia mi futuro laboral soñado es..."

obstáculos o aparecer nuevas pasiones. Lo importante es tener alternativas. Por eso, vamos a pensar también en un Plan B y un Plan

 Plan B: una alternativa cercana, realista y que también me guste. Plan C: un camino diferente, en el que también podría ser feliz o

Plan B: estudiar nutrición o ciencias del deporte.

Plan A: ser fisioterapeuta deportivo.

Plan C: trabajar en un gimnasio y hacer cursos de entrenador personal. Preguntas para cerrar la reflexión:

¿Cómo cambia la presión cuando sé que tengo más de un camino?

MENSAJE DE CIERRE:

¿Qué habéis descubierto al escribir vuestros Planes B y C?

poco a poco. Los pasos intermedios son tan \bigcirc valiosos como la meta final.

llegar a una misma meta.

Los errores forman parte del

aprendizaje y permiten redirigir el

ERRORES COMUNES Y CÓMO EVITARLOS

del sector"). Frustración si no se logra la meta principal: recuerda que hay alternativas válidas y que cada error suma.

Soñar sin pasos concretos: anima

"buscar información sobre un ciclo formativo", "preguntar a alguien

a escribir acciones claras (ej.



Deja que compartan en voz alta. Refuerza las aportaciones con frases breves: "Muy interesante", "eso es un buen ejemplo", etc.

2. Trabajo individual (10')

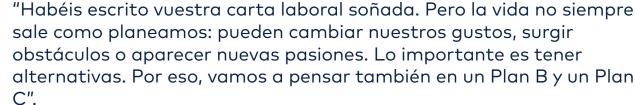
¿Cómo es tu día de trabajo?

a vuestro yo actual":

- ¿Qué obstáculos encontraste y cómo los superaste?
- Equivocarse o cambiar de camino también forma parte del proceso.
- 3. Trabajo en grupo (10')
- "En grupos de 4 vais a compartir vuestras narraciones.
- ¿Qué pasos en común aparecen en vuestras cartas?
- 4. Cierre (5')
- Un paso común identificado. Una alternativa si no se logra la meta principal.

Cada estudiante escribe en un post-it:

Todo el alumnado pega sus notas en la pizarra y se leen algunos ejemplos. 6. Extensión (si te sobran 5')



Dibujad una tabla con tres columnas en vuestro cuaderno: Plan A: mi meta laboral soñada.

Instrucciones:

aprender mucho.



Ejemplo:

"El error o el cambio de ruta no es un fracaso, es aprendizaje. Lo importante no es llegar exactamente donde imaginamos, sino avanzar hacia un futuro que nos ilusione y nos haga crecer".

MENSAJES CLAVE A TRANSMITIR $\langle \rangle$ El futuro laboral se construye

camino. Hay muchos caminos posibles para \bigcirc

iEVITA ESTO!





