

Lección 27

Paciencia y Perseverancia

PREPARACIÓN DEL MAESTRO

CONCEPTOS CLAVES

La perseverancia les ayuda a alcanzar sus metas en la vida.

La paciencia ayuda a aprender cómo trabajar a través de las cosas difíciles en la vida.

OBJETIVOS

Al final de la lección los estudiantes deberían poder:

- 1 reconocer el valor de la paciencia y la perseverancia.
- 2 resumir ideas que ellos pueden tomar para redirigir la frustración hacia la paciencia y la perseverancia.
- 3 reconocer el valor de demorar la gratificación.

TÉRMINOS CLAVES

Frustración: el sentimiento de sentirse molesto o irritado, debido especialmente a la incapacidad de cambiar o alcanzar algo.

Paciencia: la capacidad de aceptar y tolerar demoras, problemas o sufrimiento, sin sentirse enojado o molesto.

Perseverancia: constancia para hacer algo a pesar de la dificultad o demora para alcanzar el éxito.

ANTECEDENTES

La paciencia y la perseverancia son rasgos de carácter sumamente importantes para que nuestros estudiantes desarrollen. Al igual que muchos otros rasgos de carácter, ellos no nacen de forma natural o fácil. En nuestro mundo de acceso instantáneo, es aún más difícil para nuestros estudiantes aprender a ser pacientes y a perseverar cuando algo es difícil. Es crucial que ustedes modelen estos rasgos para sus estudiantes y ayuden a guiarlos en el aprendizaje de cómo convertirse en una persona paciente.

Usted puede promover la perseverancia de muchas maneras:

- asegúrese que ellos saben que usted cree en la habilidad de cada niño para tener éxito.
- ayúdeles a establecer metas (empiece con pequeñas) escuchando sus corazones.
- proporcióneles formas de verificar la realidad mientras les ayuda a reconocer los pasos que necesitan tomar para alcanzar sus metas.
- espere lo mejor de ellos y no acepte excusas por un trabajo mediocre.
- dé retroalimentación positiva por el buen esfuerzo.
- ayúdelos a darse cuenta que los errores son parte del proceso de aprendizaje.
- enséñeles cómo reagruparse y empezar de nuevo cuando cometen un error.
- motíuelos a intentar cosas nuevas.
- anímelos a responsabilizarse por sus esfuerzos y hacer buenas elecciones.
- permítales ver que usted lucha por lograr algo y sea un modelo de alguien que no se rinde.

Es importante para nosotros proporcionar retos que no son fáciles de alcanzar. Nuestros estudiantes necesitan saber que está bien frustrarse, pero no les permita renunciar a seguir intentando. Elógielos por sus buenos esfuerzos.

En lugar de elogiarlos siempre diciéndoles cuán listos son, podría elogiar sus esfuerzos. Por ejemplo, en lugar de decir: "¡Hiciste un excelente trabajo en el examen de matemáticas! ¡Eres muy inteligente!". Usted podría decir: "Me di cuenta cuánto trabajaste en el examen de matemáticas, aún cuando estuvo difícil". Usted está reconociendo su esfuerzo sincero, en lugar de solo reconocer su nota.

Algunos estudiantes no tomarán riesgos de retarse a sí mismos con oportunidades más difíciles porque no quieren tener notas bajas. Parte del aprendizaje para perseverar es aprender a aceptar retos en la vida y trabajar diligentemente para alcanzarlos.

MATERIALES/PREPARACIÓN

1. En **Descubriendo la lección**, una de las actividades involucra hacer helado. Podría practicar esto en casa antes de realizar este experimento en la escuela. Necesitará una bolsa plástica pequeña y una grande. Las bolsas

pueden ser de las que tienen cremallera o que se cierran con cinta adhesiva. También necesitará: 1/2 taza (125 ml) de leche, 1 cucharada (15 ml) de azúcar, y 1 cucharadita (5 ml) de vainilla, hielo para la bolsa grande y un poquitito de sal. Si usted decide hacer más helado, necesitará traer más ingredientes. Traiga los utensilios y cucharas de medir necesarios para los estudiantes que probarán el helado. Si usted escoge hacer una de las actividades alternativas, necesitará prepararse con anticipación para dicha actividad.

2. Para **Aplicando la lección** escriba la primera parte del cuadro en la pizarra o un pedazo grande de papel antes que la lección empiece. Usted necesitará un marcador o tiza para terminar el cuadro. También necesitará 2 malvaviscos o piezas de caramelo para cada niño.
3. Para **Compartiendo la lección**, prepare 3 carteles con los lemas listados en esta sección.
4. Para **Profundizando**, usted necesitará de 1/2 a 1 metro de cuerda o cordel para cada estudiante. Haga entre 2 y 5 nudos en cada cuerda, algunos más apretados que otros.

LA LECCIÓN

COMENZANDO LA LECCIÓN

[Diga a los estudiantes]: Cuando dejamos a Héctor, a Daniel y a Beatriz, la bibliotecaria les había dado sus tarjetas de la biblioteca y les habló acerca de la importancia de ser responsables. Veamos lo que les dirá que hagan con sus tarjetas.

PREPARARSE (5 minutos)

[Lea a los estudiantes]: **Capítulo 27 - Una niña llamada Estrella.**

Beatriz estaba viendo su tarjeta de la biblioteca. Nunca había tenido nada que tuviera su foto, y ella estaba tratando de decidir si le gustaba cómo se miraba. Repentinamente recordó las palabras de la anciana en la Isla de la Belleza. "La verdadera belleza sale a la superficie cuando se le da la bienvenida y un buen uso".

"Creo que ya están listos para tomar prestado su libro ahora", dijo la bibliotecaria.

"¿La que hablaba de la niña huérfana que se convirtió en reina?", preguntó Beatriz.

"¡La misma!", dijo la bibliotecaria.

Y mientras ella hablaba, la mesa que se había tragado sus libros al principio de su aventura empezó a transformarse.

La superficie de madera de la mesa se cerró y dio vuelta sobre sí misma, creando una torre de 61 cm al centro, con una pequeña rampa que descendía de la mini torre.

¡SWWWISH! El libro que Beatriz había escogido se deslizó por la rampa, directamente frente a ella.

Beatriz levantó el libro y cuando lo hizo se encontró que no podía ponerlo de regreso. Su anhelo de profundizar en la historia era tan imperioso que se sentó y lo leyó, de principio a fin.

Daniel, Héctor, y aún Canelo trataron de distraerla, pero no pudieron.

Nunca habían visto a Beatriz tan cautivada por algo, mucho menos un libro.

Un tiempo después Beatriz dejó salir un largo suspiro, cerró el libro y volteó hacia sus amigos.

"Bienvenida", dijo Héctor.

"Parece que te perdimos en las páginas de tu libro", agregó Daniel.

"¿Nos podrías decir que era tan interesante que pudiste ignorar aún a Canelo?". Canelo metió su hocico bajo la mano de Beatriz para que lo acariciara. Ella sonrió.

"¡Hay tanto qué contar!", exclamó Beatriz. "El rey en la historia tuvo un concurso de belleza ¡y ganó una niña llamada Estrella! El rey se enamoró de ella y se casó con ella. Entonces su primo, quien la había adoptado después de que sus padres murieron, se metió en problemas con el más alto general del rey, ¡el cual quería matarlo a él y a todo su pueblo!".

"Despacio, y respira profundo", rio Héctor.

"Demasiada información", agregó Daniel levantando el libro y dándole vuelta en su mano. "Entiendo que esta niña llamada Estrella era muy hermosa".

"Oh, sí", dijo Beatriz. "Pero ella usó su belleza para ayudar a salvar a su pueblo, no para hacer gran alarde. Ella era muy valiente y su primo, quien era como un padre para ella, la guió y animó. Pero llegó el momento cuando había una gran posibilidad de que el rey podría matarla por aparecer en su presencia sin ser invitada y ella tenía miedo. Su primo dijo: "¿Quién sabe, de repente todo en tu vida ha sido para llevarte a este momento decisivo?". ¿Y saben qué dijo ella? "¡Si he de morir, que muera!". Ella sabía que tenía que intentar y evitar que su pueblo fuera aniquilado.

"Necesitas volver a tomar aire", rió Daniel.

"¿Y lo hizo?", preguntó Héctor.

"¿Hizo qué?", preguntó Beatriz.

"¿Murió? ¿La mató el rey?", preguntó Héctor.

"No, no la mató. Pero el primer general del rey hizo su mejor esfuerzo por matar a la prima y él la hubiera matado también. Él era un hombre muy malvado", dijo Beatriz.

"Así que tu libro estaba lleno de aventura y peligro, belleza y fealdad", interrumpió la bibliotecaria. "¿Es eso lo que aprendes de esa historia? ¿Valor, o tal vez, responsabilidad?".

"Todo eso está allí, y aún más", replicó Beatriz. "Pero eso no es lo que sobresalió acerca de Estrella. Estrella pasó un año entero tratando de estar lista para ver al rey. Y aún después de que se habían casado y ella era una reina, Estrella tenía que prepararse para enfrentar a su enemigo, el comandante con un odio asesino por su primo y todo su pueblo. A veces en la historia yo quería que ella solamente les contara a todos lo cruel que era el comandante. Pero ella esperó y pacientemente se preparó para el momento justo, y yo me di cuenta que si ella no hubiera esperado todo se habría perdido".

"¿Saben ustedes cómo se llama esa cualidad?", preguntó la bibliotecaria.

"Oh, por favor dígame", suplicó Beatriz.

"Perseverancia", contestó la bibliotecaria. "No es fácil de desarrollar, pero es absolutamente crucial para cualquier éxito a largo plazo".

"Yo todavía no sé lo que significa perseverancia", dijo Daniel.

"La perseverancia es no rendirse por algo que uno desea", replicó la bibliotecaria.

"Correcto", agregó Héctor. "Estrella enfrentó muchísimos obstáculos, pero ¡nunca pensó siquiera que podría haberle costado la vida!".

"¿Y entonces cómo termina la historia?", urgió Héctor. Beatriz sonrió y dijo: "No quiero echarlo a perder contándote lo que sucedió después".

"¡Pero yo quiero saber!", dijo Héctor. "Suena como la historia de una gran aventura y a mí me encantan las historias ficticias".

"Este libro no es ficción", corrigió Beatriz. "Realmente sucedió, allá fuera, en el mundo real, fuera de la biblioteca".

"¡No puede ser!", exclamó Daniel.

"¡Sip!", replicó Beatriz.

EXPLORAR (10 minutos)

[Diga a los estudiantes]: **Beatriz realmente disfrutó leer la historia de Estrella, ¿no creen? ¿Qué es perseverancia? ¿Qué aprendieron los niños acerca de la**

perseverancia en la vida de Estrella? A veces tener que ser paciente y esperar por algo causa mucha frustración. Eso es muy natural. Estoy segura que Estrella se sintió frustrada muchas veces mientras esperaba por el momento justo de decirle al Rey lo que estaba sucediendo. Si ustedes aprenden cómo manejar la frustración siendo pacientes, ustedes tendrán perseverancia y aprenderán cómo superar los tiempos difíciles. Ser paciente les ayuda a saber que hay cosas por las que vale la pena esperar... ustedes observarán y sabrán cuándo actuar, tal y como lo hizo Estrella.

Ustedes vieron en la historia de Estrella que la paciencia y la perseverancia van de la mano.

¡Ustedes necesitan paciencia en sus vidas para poder perseverar! ¿Pueden nombrar cualquier área en su vida donde necesiten paciencia? *[Podría escuchar respuestas como "necesito ser paciente con mi hermanita", o "necesito paciencia cuando estoy esperando mi turno para jugar"]*. **Ahora, pensemos en algunas veces cuando ustedes necesitan perseverancia.** *[Posibles respuestas: aprender a tocar un instrumento, aprender a andar en bicicleta, aprender a nadar, aprender mejor un deporte, memorizar información para la escuela, apegarse a una tarea hasta terminarla. Ayude a sus estudiantes a pensar en actividades que ellos harían en su cultura y a su edad y que requerirían de perseverancia]*. **Cuando piensan en hacer estas cosas ¿pueden entender por qué necesitan paciencia para poder perseverar?**

Vamos a hacer un experimento que requerirá paciencia. Ustedes sabrán si perseverarán y se apegarán a este experimento hasta que esté terminado; hay una recompensa por su perseverancia. A esto se le llama gratificación retardada. Ustedes trabajan duro y siguen presionando hacia la meta de lo que sea que estén haciendo, al final ustedes verán buenos resultados. En esta lección vamos a aprender acerca de la paciencia y la perseverancia y cómo pueden manejar la frustración.

DESCUBRIR (20 minutos)

[Si no tiene acceso a los ingredientes para hacer helado, por favor escoja entre las actividades alternas listadas al final de esta sección. Si usted tiene acceso a los ingredientes para hacer helado, diga a los estudiantes]: **Voy a invitar a tres de ustedes para que pasen al frente del salón.** *[Si desea finalizar con suficiente helado para que todos prueben una cucharada, necesitará tener varios equipos participando en este experimento]*. **¡Hoy vamos a hacer helado! Ésa es nuestra meta... ¡pero va a necesitar algo de paciencia! Uno de nuestros amigos**

sostendrá una bolsa plástica grande, otro sostendrá una pequeña, y otro me ayudará con todos los ingredientes.

[Mientras habla dirige a los estudiantes para que ayuden a preparar el experimento]. Vamos a verter 1/2 taza (125 ml) de leche, 1 cucharada (15 ml) de azúcar, y 1 cucharadita (5 ml) de vainilla en una bolsa plástica pequeña. Llenemos la bolsa plástica más grande con hielo y vertamos un poquito de sal sobre el hielo. Ahora, cerremos muy bien la bolsa plástica pequeña y coloquémosla dentro de la bolsa grande. Cerremos la bolsa grande muy bien. Nuestros ayudantes agitarán vigorosamente la bolsa por unos 5-8 minutos. Mientras ellos la están agitando, me encantaría que algunos de ustedes nos contaran acerca de la vez cuando perseveraron y alcanzaron una meta. *[Cuando el helado ya esté listo, puede darles una cucharada a todos para que prueben el helado].* ¿Cuál era el propósito de este experimento? Era un ejemplo divertido de cómo necesitamos ser pacientes para alcanzar una meta. Nuestra meta era hacer helado. ¿Alcanzamos nuestra meta? ¿Se requirió de paciencia? ¿Se requirió de perseverancia?

¿Se sintieron frustrados mientras hacíamos nuestro experimento? *[Puede que ellos se hayan sentido frustrados mientras esperaban que el helado se endureciera lo suficiente como para comerlo... ¡especialmente aquellos que lo estaban agitando!].* Cuando nos frustramos porque estamos esperando algo necesitamos aprender cómo detener y redirigir nuestros pensamientos para ayudarnos a esperar. ¿Qué hicimos mientras se agitaba el helado? Empezamos a pensar acerca de algunas veces cuando perseveramos y alcanzamos una meta. Eso ayudó a pasar el tiempo ¿no es cierto? Ustedes pueden hacer lo mismo. Cuando se sienten frustrados al trabajar hacia una meta y tienen que esperar y perseverar, paren y piensen acerca de algo que podría mejorar la situación. Puede que necesiten detener el proyecto un momento y alejarse para tener un poco de aire fresco. Si están esperando en línea, podrían sonreír a la persona frente a ustedes, o la que está detrás, y empezar una conversación amigable. Es una buena idea recordar formas de calmarse cuando empiecen a sentirse frustrados. Eso les ayudará a aprender cómo analizar los problemas y resolverlos con paciencia y perseverancia.

Actividades alternativas:

[Ayude a sus estudiantes a visualizar los beneficios de la paciencia y la perseverancia por medio de:

- *observar un hormiguero.*

- observar una oruga transformarse en capullo y después en una mariposa.
- plantar semillas y observar cómo crecen las plantas y producen frutos o vegetales.

Escoja una de estas actividades de oportunidad a sus estudiantes para que con el tiempo documenten los cambios].

APLICAR (30 minutos)

[Diga a los estudiantes]: Antes de que empecemos esta parte de la lección voy a darle a cada uno algo especial, pero no quiero que lo toquen todavía. [Coloque sobre cada escritorio un delicioso antojito, podría ser un malvavisco, un caramelo... cualquier cosa que tentara a sus estudiantes a comérsela inmediatamente]. Ustedes pueden escoger. Pueden comerse su antojito inmediatamente o pueden esperar hasta que esta lección termine, ustedes deciden. [Continúe inmediatamente con la lección. El punto de esta parte de la lección es ver cuál de sus estudiantes capta el punto de la gratificación retardada. Aquellos que esperan entienden que esperar puede producir aún mejores resultados].

[Comparta el cuadro que preparó en la pizarra o en un pedazo grande de papel].

"¿Qué me puedo decir a mí mismo?"

En lugar de:

No soy bueno en esto.

Me rindo.

No puedo hacerlo mejor.

Simplemente no puedo con las matemáticas.

Es demasiado tarde. Cometí un error.

Así como está es suficientemente bueno.

Ella es demasiado lista.

Yo nunca seré tan lista.

Prueba pensar:

[Invite a sus estudiantes a tomar cada oración, una a la vez, y hacer una lluvia de ideas de lo que pondrían bajo el lado de "Intenta pensar" en el cuadro. Aquí hay unas respuestas posibles].

"¿Qué me puedo decir a mí mismo?"

En lugar de:

No soy bueno en esto.

Me rindo.

No puedo hacerlo mejor.

Simplemente no puedo con las matemáticas.mejorar en matemáticas.

Es demasiado tarde. Cometí un error.

Así como está es suficientemente bueno.

Ella es demasiado lista.

Yo nunca seré tan lista.

Intenta pensar:

Lo voy a intentar otra vez.

Voy a pedir ayuda.

Seguiré intentándolo.

Voy a entrenar mi cerebro para

Los errores me ayudan a aprender qué no hacer la próxima vez.

¿Es realmente este mi mejor trabajo?

Voy a averiguar cómo lo hace ella.

Cuando se enfrentan a retos y necesitan perseverar, recuerden estas cosas. ¡Ustedes pueden hacerlo!

Ahora, ¿quién tiene todavía su antojito sobre el escritorio? Si ustedes esperaron para comérselo, voy a darles otro más. Si ustedes decidieron comérselo en algún momento durante la lección, ¡espero que lo hayan disfrutado! ¡Aquellos que esperaron lo disfrutarán el doble! ¡La perseverancia y la paciencia valen la pena!

COMPARTIR (5 minutos)

[Diga a los estudiantes]: Ustedes han aprendido mucho acerca de la importancia de ser pacientes y perseverar para alcanzar una meta. Volteen hacia su compañero y piensen/intercambien/compartan lo que van a hacer este año que necesitará perseverancia.

FINALIZANDO LA LECCIÓN

[Diga a los estudiantes]: He hecho tres carteles para nuestra clase, para ayudarnos a recordar perseverar. [Muestre a los estudiantes sus carteles].

Eslóganes en los carteles:

**No puedo hacerlo... ¡todavía!
 ¡La práctica hace al maestro!
 ¡Los errores son oportunidades de aprender!**

Vamos a usar estos pensamientos en nuestra clase este año. Me enorgullece cuando los veo desarrollar esa clase de rasgos de carácter en sus vidas.

PROFUNDIZANDO (opcional)

[Prepare pedazos de cuerda o cordel, uno para cada uno de sus estudiantes. Cada uno debe tener una longitud de 0.5 a 1 metro. Haga entre dos a cinco nudos en cada pedazo, apretando más fuerte los nudos en algunas cuerdas que en otras. El punto de la variación es asegurar que a algunos estudiantes les tomará más tiempo desatarlas que a otros.]

[Distribuya las cuerdas con nudos, una para cada estudiante. Si tiene algún estudiante con discapacidad, menos diestro o tiene alguna otra razón por la que la tarea sería más difícil para él, asegúrese de darle una cuerda con solamente dos nudos].

[Diga a los estudiantes]: **Desaten los nudos tan rápidamente como puedan. Cuando hayan terminado, lleven su cuerda a la parte trasera del salón y sosténganla, así yo puedo ver que no hay nudos en ella.** *[Si alguien pregunta por qué algunas cuerdas tienen más nudos que otras, dígales que usted les explicará luego. Mientras los estudiantes están trabajando, circule y anime a cualquiera que se vea frustrado o que quiera rendirse antes de terminar].*

[Cuando todos se hayan ido para la parte de atrás de la clase, excepto uno o dos, diga a los estudiantes]: **Me gustaría que nuestro último estudiante (o estudiantes) pasen al frente del salón. ¡Demos un aplauso a nuestros últimos finalistas!** *[Guíe a todos en aplausos y animaciones. Pregunte a la clase]:* **¿Por qué piensan que les pedí que todos aplaudiéramos por aquellos que terminaron de último, en lugar de por aquellos que terminaron primero?** *[Deje que uno o más estudiantes respondan].* **Pienso que hay algo en la Biblia que ayudará a explicar por qué estábamos animando a aquellos que terminaron de último.**

Unidad 3	Claves para tus sueños	Paciencia y Perseverancia	27
----------	------------------------	---------------------------	----

[Pídale a un estudiante que lea el pasaje, o para los estudiantes más jóvenes, léales usted el pasaje].

Dichoso el que resiste la prueba *[Santiago 1:12 La Palabra (España)].*

[Diga a los estudiantes]: En esta lección hemos estado aprendiendo acerca de la paciencia y la perseverancia. Yo intencionadamente hice más nudos en algunas cuerdas que en otras. También hice algunos nudos más apretados. En sus vidas ustedes encontrarán algunas cosas más difíciles que otras. También aprenderán que en cualquier tarea a algunas personas se les facilita más que a otras. ¿Qué creen ustedes que estaba diciendo Santiago en este versículo, el cual era miembro de la familia de Jesús? *[Deje que uno o más estudiantes respondan].* Creo que él está diciendo que a veces el más grande de los logros es no rendirse, es perseverar, especialmente cuando algo es realmente difícil. Es por eso que aplaudimos a aquellos que perseveraron, aún cuando fue muy difícil. De hecho, aplaudámosles todos juntos otra vez. ¡Huuurraaa, por aquellos que perseveraron! *[Dirija la clase en aplausos].*

CONEXIÓN PADRES-MAESTRO

La lección esta semana fue sobre la perseverancia y la paciencia. La paciencia y la perseverancia son rasgos de carácter muy importantes para que su hijo desarrolle, pero los niños pequeños están conectados para querer y necesitar todo inmediatamente. Al igual que muchos otros rasgos del carácter, la paciencia y la perseverancia no aparecen de forma natural o fácil. En nuestro mundo de acceso instantáneo, es aún más difícil para nuestros estudiantes aprender a ser pacientes y a perseverar cuando algo es difícil.

Usted puede promover la perseverancia en muchas formas:

- asegúrense que ellos saben que usted cree en su habilidad para tener éxito.
- ayude a su hijo a establecer metas (empiece con pequeñas) escuchando sus deseos.
- deles formas de verificar la realidad mientras ayuda a su hijo a reconocer los pasos que necesita dar para alcanzar las metas.
- espere lo mejor de su hijo, y de forma amorosa no acepte excusas por un trabajo mediocre.
- dé retroalimentación positiva por el buen esfuerzo.
- ayude a su hijo a darse cuenta que los errores son parte del proceso de aprendizaje.
- enseñe a su hijo a reorganizarse, a empezar de nuevo cuando comete errores.
- motive a su hijo a intentar cosas nuevas.
- animen a su hijo a responsabilizarse por sus esfuerzos y hacer buenas elecciones.
- permítale ver que usted lucha por lograr algo y sea un modelo de perseverancia, que no se rinde.

Preguntas que ustedes podrían hacerle a su niño:

1. ¿Podrías por favor contarnos acerca de Estrella? (Ella era una huérfana que se convirtió en reina. Ella tuvo que tener sabiduría, valor, paciencia y perseverancia para defender a su pueblo cuando otros querían matarlos).
2. ¿Cuáles son algunas cosas que retan tu paciencia en la escuela? ¿En la casa?
3. ¿Cómo podemos tu maestra y yo estimular tu paciencia o perseverancia?

Padres, compartan con su hijo acerca de alguna vez cuando ustedes tuvieron que perseverar. ¿Cuáles fueron los resultados de su paciencia y perseverancia?

