



## TÍTULO INSTANTE DECISIVO



### RECURSO

Diego Mentrída en el triatlón de Santander 2020  
<https://bit.ly/3yZkJJA>

Will Smith "integrity in full display"  
The objective con subtítulos en español.  
<https://bit.ly/37ZgiTq>

Canal oficial de las olimpiadas (inglés).  
Correr para generar conciencia.  
<https://www.youtube.com/watch?v=IihTPIppozI>

### VARIABLES QUE SE PUEDEN TRABAJAR

Autoestima, empatía, identificación y expresión emocional, auto-control, toma de decisiones y habilidades de autoafirmación.

### VALOR PRINCIPAL

Integridad – honestidad. Coherencia y equidad.

### AREA CURRICULAR

Valores cívicos, educación física.

### CONTEXTO ESCOLAR

Trabajo por proyectos, convivencia escolar, promoción de hábitos saludables, acción social.

### EDAD RECOMENDADA

De 14 a 16 años.

### SINOPSIS

El joven triatleta español Diego Mentrída, se encontraba en el tramo final del triatlón internacional de Santander, ocupando el cuarto sitio. De repente, su rival James Teagle se confundió de salida a pocos metros de la línea de meta. En menos de 10 segundos Diego, renunciando a un bien inmediato, tomó la decisión de parar centímetros antes de cruzar la línea de meta y dejar que su contrincante ocupara el tercer lugar que a su juicio le correspondía. Una decisión que conmovió al mundo, y cuya atención mediática él utilizaría después para hacer conciencia del síndrome de West.

**REFERENTE TEÓRICO:** La integridad es un valor que se reconoce cuando la capacidad de actuar esta en consonancia con lo que se dice y con lo que considera importante. La integridad consiste en actuar conforme a las normas éticas y sociales manteniendo relaciones basadas en la transparencia. Nos lleva a vivir con coherencia entre lo que pensamos, sentimos y hacemos. Significa ser consecuentes con nuestros actos y hacernos responsables de ellos. La integridad está estrechamente relacionada con la confianza en uno mismo, es decir, la autoestima.

La persona íntegra cumple su palabra, y sólo promete aquello que tiene intención de cumplir. Por lo

que una persona íntegra inspira confianza y ejemplaridad en los demás. La presencia, conocimiento e interacción con personas íntegras, potencia la motivación intrínseca de la persona, de desear adquirir dicho valor.

**RAZÓN DE SER:** La exposición a ejemplos de integridad, la relación con sus vidas, notar que nos conmueven y preguntarnos por qué es así, identificando características de la acción... es una manera de experimentar, desear, gustar y/o anhelar la integridad. Aspecto fundamental para el adolescente.

Con esta actividad se busca detectar las manifestaciones de la integridad en el actuar de una persona e identificar lo que provocan en quien las observa. Es por ello que hemos elegido un ejemplo actual, del contexto hispanohablante, con una edad cercana a los alumnos, cuyas acciones resultan ejemplares.

Cuando se es testigo de los actos admirables de otras personas, uno puede experimentar conmoción, admiración, envidia, indiferencia, entre muchas otras emociones. Es por ello que este ejercicio de análisis acompañado puede ayudar a trabajar las referencias que generan admirar y la reflexión de ello. Por otro lado, es un importante ejercicio para ejercer su pensamiento crítico, ponerse en la situación, mirar al protagonista de la acción y hacerse preguntas como: ¿Qué hubiera hecho yo en su lugar? Al contemplar las experiencias de otros, se puede trabajar la empatía, pues se descubre que lo que me pasa a mí, también le puede pasar al otro y viceversa.

## DESARROLLO

### 1ª Fase

Comenzamos la actividad visualizando el video Diego Mentrída en el triatlón de Santander 2020 (Aunque este video tiene una resolución normal, tiene 1 millón doscientas mil visitas. Eso a los jóvenes de la edad destino, les importa mucho).

Después de visualizar el vídeo el docente plantea las siguientes cuestiones:

- ¿Qué es lo que más os ha impactado?
- ¿Qué creéis que llevó a Diego a hacer eso?
- ¿Por qué creéis que lo pudo haber hecho?

Preguntas complementarias:

- ¿Cuánto crees que entrena un triatleta profesional? ¿Cuántas horas a la semana? ¿Cuánto esfuerzo?
- ¿Tú crees que fue fácil para él renunciar a una medalla del Top 3?
- ¿Por qué creéis que lo pudo haber hecho?

Escuchando a sus alumnos, el docente va recogiendo en la pizarra palabras clave que vayan mencionando los alumnos en relación a la temática planteada sobre la integridad, tales como:

HONESTIDAD	GRATITUD
HUMILDAD	EJEMPLARIDAD
VERDAD	DILEMA
JUSTICIA	ACCIÓN
VALENTÍA	ADMIRACIÓN
AUTORIDAD	CONSECUENCIAS
INSPIRACIÓN	

El docente explica lo que es la integridad y sus manifestaciones en el actuar de la persona. Y por qué esta integridad nos resulta tan atractiva.

*En la vida hay personas, personajes, historias que hemos conocido, visto o escuchado que nos inspiran. Que nos provocan admiración.*

### 2ª Fase: La repercusión de los actos

*No se puede soltar una sola gota de agua en el mar o en un lago, sin que ésta genere ondas a su alrededor... Nuestros actos siempre conllevan una consecuencia. Y muchas veces su repercusión puede llegar mucho más lejos o ir a mucho mayor profundidad de la que imaginamos.*

Proyectar el video del actor: Will Smith "integrity in

full display" (esta en la cuenta de instagram del actor, en inglés sin subtítulos, para otra versión con subtítulos proyectar la versión de The objective con subtítulos en español.

### 3ª Fase: La atención y la fama

*La atención mediática que recibió Diego al viralizarse su acto en las redes, ha sido intensa. Sobre todo después del video de Will Smith. Fuera de vanagloriarse o sentirse superior, decidió dirigir esa mirada para hacer conciencia del síndrome que tiene su hermano mayor: el síndrome de West. Comenzó a organizar carreras solidarias para la causa.*

Proyectar el video del canal oficial de las olimpiadas, o bien la versión en español (Correr para generar conciencia).

Las siguientes preguntas pueden ayudar al alumno a ir relacionando la integridad con la proactividad.

- ¿Crees que la fama te puede cambiar? ¿Si de repente te volvieras muy famoso por un acto que realizaste, que actitud te gustaría tomar? ¿Qué harías con esa fama?
- ¿Tienes alguna necesidad a tu alrededor a la que podrías atender? Si tuvieras la oportunidad ¿En qué causa te enfocarías?

Se recogen las ideas y se concluye:

*Es impresionante apreciar todo lo que hemos podido descubrir a través de lo que parecía ser sólo un "video viral". Constatamos que, nuestra vida es una constante preparación para esos breves segundos en donde llegan las pruebas, y que merece la pena prepararnos en las pequeñas cosas del día a día, para responder con coherencia e integridad en esos momentos. Así mismo, descubrimos que si en algún momento, alguna de nuestras decisiones llamara la atención, la humildad y el servicio son siempre una actitud deseable para nuestro mejor desarrollo y el*

de nuestra comunidad. Podemos elegir aprovechar esa atención, no para robustecer nuestro ego, si no para una causa en la que nos querramos implicar.

### **PROPUESTA DE CONTINUIDAD**

Ya hemos visto que la integridad es un valor que nos hace ser auténticos, valientes y confiables. Sin duda un valor que nos gustaría conquistar. Recuerda que las grandes conquistas comienzan por lo cotidiano. Para trabajar y profundizar la integridad en el día a día puedes empezar con los siguientes ejercicios:

- Evitar decir pequeñas mentiras piadosas o “blancas” a tus amigos (incluidos cumplidos poco sinceros). Si de hecho dices alguna, reconócelo y discúlpate de inmediato.
- Monitoréate y haz una lista de cada vez que dice una mentira, incluso si es pequeña. Trata de recortar tu lista diaria cada día.
- Al final de cada día, identifica aquellos momentos en los que intentabas impresionar a los demás o aparentaba ser alguien que no eres. Decídetes a no volver a hacerlo.

¿Se os ocurre algún otro “Tip” o consejo para trabajar la integridad en vuestro día a día?

### **ACTIVIDADES RELACIONADAS**

*La gran prueba (Toma de decisiones)*

*Fiesta de personajes (Identificación y expresión emocional)*

*Toxic friendship 2: role-play (Habilidades de oposición asertiva)*

*Mi diario (Habilidades de oposición asertiva)*