

Autoconocimiento:

Lección 1 ¿Quién soy y qué valoro?

Consejos

Espacio en el que encontrarás buenas prácticas y experiencias de los participantes, que te ayudarán a hacer más eficiente la implementación de las lecciones en tu plantel.

Tutor: Belen Lopez Bobadilla

04 May, 19:27 hrs.

¿Quien soy y que valoro?

Para: *Toda la lección*

Como tutores y responsables de la aplicación de las lecciones, lo primero que debemos hacer es empaparnos del contenido de las variaciones; un buen ejercicio seria realizar las actividades que se proponen poniéndonos en el lugar de los jóvenes, así podremos vivir la experiencia al igual que ellos. En el caso particular del plantel en el que laboro ninguno de los asesores somos psicólogos, entonces debemos de manejar los términos que en estas lecciones se proponen; insisto en la búsqueda de recursos, estrategias y novedades para llamar la atención del joven y poder obtener los resultados esperados.

En si esta lección habla de la definición del yo y lo que se encuentra a mi alrededor para fortalecer y salir adelante en los retos de mi vida; como asesores, estas actividades nos sirven de herramienta para identificar casos particulares en jóvenes que requieren un poco más de apoyo en la definición del yo, la identificación de sus fortalezas y la red de apoyo que esta ahí para ellos.

Esta es mi aportación compañeros, gracias por leerme. Saludos!

PD Adjunto evidencias de la aplicación de algunas variaciones.

Documentación PDF

[Anexo 1_ Belen Lopez Bobadilla]

Tutor: Sesar Carrillo Armenta

21 Abr, 00:21 hrs.

Las personas que han estado ahi para mi.

Para: *Las personas que han estado ahí para mí*

El objetivo de esta actividad es que el estudiante sea capaz de reconocer personas que forman parte de su red de apoyo, ademas sepan donde pedir ayuda.

Esta actividad me sirve para darme cuenta que cuento con el apoyo especialmente de mi facilitadora y de mis compañeros del grupo.

Documentación gráfica

¿Por qué es importante una red de apoyo?
 Para que sea más fácil solucionar un problema en conjunto.

¿Por qué a veces que tantas personas se fueron después del sistema se burlan su apoyo? ¿por qué se preocuparon por las personas afectadas?

María:
 Piensan en alguien que te haya ayudado algún momento difícil. Tienen a la mente lo que te dijo, que fue lo que era, cómo te sentiste al recibir su apoyo.

Desfilome: me ayuda cuando necesito ayuda para relacionar, es recibir su apoyo me sentí muy bien porque me ayuda a comprender lo que no entendía.



Tutor: Sesar Carrillo Armenta

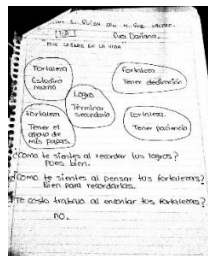
21 Abr, 00:09 hrs.

mis logros en la vida

Para: Mis logros en la vida

En esta actividad los estudiantes anotaron logros y fortalezas que tienen en la escuela; además saben que para lograr algo se tienen que esforzar para lograr objetivos y metas. Así mismo se encontraron fortalezas y debilidades.

Documentación gráfica



Tutor Construye T:

REYNA EUNICE PLASCENCIA GONZÁLEZ

20 Abr, 23:03 hrs.

Nuestra escuela es de bajos recursos económicos por lo tanto no estamos imprimiendo las lecciones, les encargamos a los estudiantes un cuaderno reciclado para trabajar las lecciones de Construye T. Me parece un muy buen consejo para cuidar el medio ambiente y los recursos económicos.

Tutor: MAYRA GUADALUPE RAMOS VELIS

20 Abr, 20:22 hrs.

Una sola Familia

Para: ¿Quién soy?

Mi consejo es que siempre como maestros seamos ejemplo de vida,. Cuando iniciemos con las actividades hablemos de la importancia de que somos como una familia en la escuela junto con sus compañeros y maestros, es importante que tengamos un espacio verdadero para que se puedan expresar de forma honesta y que sepan que no serán juzgados, pero sí acompañados por nosotros sus maestros.

Tutor: Jesús Alejandro Hernandez Gutiérrez

20 Abr, 18:36 hrs.

mejorar el interes

Para: ¿Para qué soy bueno (a)?

Para poder despertar el interés del estudiante y pueda expresarse de forma mas abierta, en la actividad 2 de esta lección en lugar de que los estudiantes escribirán sobre la iilustración se les pidió que realizaran su propio dibujo.

Documentación gráfica



Tutor: ALMA DELIA RODRIGUEZ HERNANDEZ

20 Abr, 15:44 hrs.

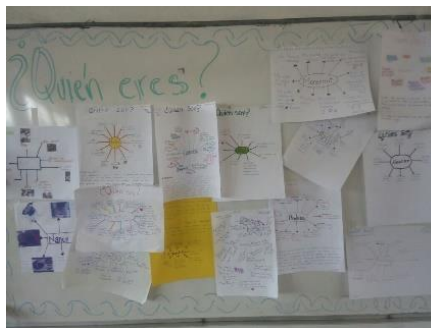
¿Quién eres?

Para: Toda la lección

La experiencia con los jóvenes me da la oportunidad de conocerlos mejor y entenderlos, a pesar de ser la primera aplicación de ejercicios de Autoconocimiento. Como Academia Docente fue considerada como aprobada, ellos refieren la importancia de la retroalimentación previa a la aplicación con los jóvenes.

Las variaciones las aplicamos acorde al semestre, son seis y se adaptaron a cada uno... considero importante que cada docente le da su punto de vista con la intención de provocar la reflexión personal de los jóvenes. Considero importante la retroalimentación y sobre todo el análisis previo de los ejercicios con los docentes previo a la aplicación.

Documentación gráfica



Tutor: Rosa Laura Valenzuela Buitimea

20 Abr, 13:47 hrs.

Toda la lección

Para: Toda la lección

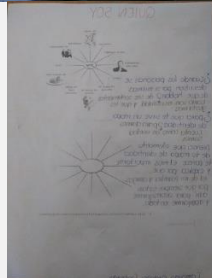
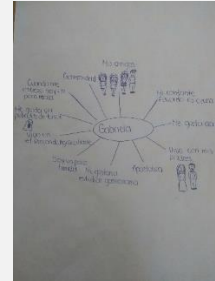
Las lecciones están ayudando a los jóvenes a reflexionar sobre su vida diaria, algo que está funcionando de manera satisfactoria.

Una recomendación importante sería darle a los jóvenes la confianza de expresar lo que

ellos sienten y creen realmente para que la actividad sea veraz, y conforme vayan pasando las lecciones las realice de manera efectiva y ver en el alumno un verdadero crecimiento. También crearles un ambiente de armonía donde ellos opinaran y expresaran día con día cada vez mas distintos temas, ya que existen alumnos que se les dificulta desenvolverse en este tipo de temas, y lo que se busca es su crecimiento personal.

Comparto algunas actividades y fotografías, saludos cordiales

Documentación gráfica



Tutor: Edén Emmanuel Piña Aguirre

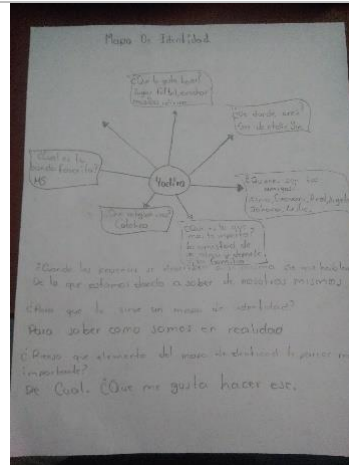
20 Abr, 11:33 hrs.

Consejo

Para: Toda la lección

Comparto algunas referencias graficas de la implementación de la lección y la recomendación más importante que les podría dar es la de mantener relajados a los jóvenes para que no piensen que es contenido académico o parte de alguna evaluación. Crear una atmósfera de tranquilidad.

Documentación gráfica



Tutor Construye T:

JORGE ANTONIO PEIRO MANJARREZ

19 Abr, 19:00 hrs.

1.2 ¿Qué valoro reconocer que es lo que más me importa?

Como parte de comunicad virtual construye t correspondiente a la lección 1 se encuentra la variación ¿Que valoro reconocer, que es lo que más me importa? En esta variación los muchachos se dieron a la tarea de poner en práctica reconocer los valores e ideas que son convicciones que los hacen ser mejores personas. Una de las frases que representan los valores e ideas más importantes en los jóvenes estudiantes son ser una persona justa, no hacer daños a los demás, ayudar a las otras personas , tener éxito, vivir sin preocupaciones etc. Uno de los valores más importantes y como ejemplo de su vida es la justicia ser justo en diferentes circunstancias, ser solidarias con otras personas, respetuosas otra de las interrogantes a esta variación es como se sienten cuando tus acciones están de acuerdo con tus valores los jóvenes contestan que se sienten bien consigo mismo cuando hacen las cosas correctamente bien y cuando no actúan bien se sienten angustiados estresados porque no salieron las cosas bien.

Tutor: BLANCA PATRICIA TORRES JUAREZ

19 Abr, 12:39 hrs.

¿Quién soy?

Para: *Toda la lección*

Hola!

Buenas tardes!

Mi consejo es demostrarle a los alumnos quienes son y lo importante que son pues no identifican que ellos tienen un valor e importancia no solo dentro de la institución educativa, sino también en su contexto. Aprovechar los ejemplos de la lección y utilizar los materiales que nos proporcionan en esta plataforma.

Saludos!

Tutor Construye T:

aracely serrano leyva

19 Abr, 13:34 hrs.

Buenas tardes!

Creo que un aspecto esencial es hacerles sentir a lo jóvenes que ellos son importantes para sus padres, su familia, sus amigos y para nosotros, pero lo mas importantes que ellos se valoren, se conozcan, hacerles ver que son únicos, que se vale equivocarse para retomar el

camino con mas fuerza, que disfruten de su edad, de su bachillerato, de la vida!
Al momento de implementar las lecciones Construye-t debemos resaltarles la importancia de que participen y sean abiertos para compartir sus emociones ya que juntos encontraremos estrategias para solucionar las diferentes situaciones a las que nos enfrentamos a lo largo de la vida.

Tutor Construye T:

LILIANA BARRERA RAMIREZ

17 Abr, 13:09 hrs.

Consejo: Muchas veces los y las adolescentes contestan lo que ellos creen que los adultos o sus maestros quieren escuchar y no necesariamente lo que honestamente piensan. Yo privilegiaría el establecimiento de un clima que favorezca la libre expresión y en donde se subraye que lo importante es conversar sinceramente sobre lo que verdaderamente sienten y piensan las y los alumnos, aclararía que no existen respuestas correctas o incorrectas, y sería muy cuidadosa de reaccionar en congruencia con esto.

Tutor Construye T:

ALMA GUADALUPE DENIZ BENITEZ

18 Abr, 19:07 hrs.

Buena tarde compañeros y asesor!

Les comparto que en la primera lección apliqué una de las sugerencias señaladas al final de la lección ("las personas que ha estado ahí para mí), donde en una diapositiva, coloqué una fotografía de una persona que me ayudó bastante de manera personal y junto a la imagen la frase con que inicia la lección "SI QUIERES IR RÁPIDO CAMINA SOLO, SI QUIERES IR LEJOS VE ACOMPAÑADO" Proverbio Africano.

Vi la reacción en los estudiantes y sentí que siempre un recurso extra, no está nada mal.

Tutor Construye T:

PEDRO MANUEL BARRANCOS RIVERO

20 Abr, 23:48 hrs.

Buenas noches compañeros,

Como aportación les recomiendo que usen el proyector para presentar y exponer la actividad al grupo, lean las indicaciones con ellos y que realicen las actividades en su libreta, Hay que recordar que estas actividades forman parte del programa curricular como lo establece la reforma educativa.

saludos

Tutor Construye T:

ADRIANA ARRIETA FLORES

21 Abr, 00:13 hrs.

Hola Asesor y Compañeros!!

Les comparto que cada uno de los docentes que laboramos en el plantel estamos trabajando con el grupo que tiene a cargo como tutor, cada uno de los grupos es diferente y por tanto reacciona de forma diferente, me comenta la compañera que trabajo con el grupo de segundo semestre, que la mayoría de los jóvenes estaban entusiasmados con la aplicación de la lección 1, al igual que el compañero que tiene a cargo al grupo de cuarto semestre y con el grupo de sexto semestre también hubo participación.

Un consejo antes de entrar con el grupo es saber bien cuál es el objetivo que se quiere lograr para poder trasmitírselo a los jóvenes.

Saludos

Tutor: MARIA GUADALUPE DONIS MATURANO

12 Abr, 12:24 hrs.

LECCIÓN 1. ¿QUIEN SOY? AUTONOCIMIENTO

Para: Toda la lección

Buen día compañeros!

Después de haber realizado la lección 1 de Autonomocimiento, me pude percatar que a los alumnos les cuesta mucho trabajo identificar sus fortalezas, por tal motivo es importante que uno como docente sirva de guía para que nuestros jóvenes sean capaces de reconocer que poseen cualidades que les permitirán ser mejores personas en la vida permitiéndoles interactuar con el resto de la sociedad.

Tutor Construye T:

MAYRA VERONICA ROBLES AVALOS

13 Abr, 21:23 hrs.

Buenas noches compañeros y asesora, una estrategia que aplicamos es escribir una debilidad por alumno (anónima) la colocamos en una caja y se le da lectura, los alumnos comentan de que manera se puede convertir en fortaleza, de esta manera se dan cuenta los alumnos que los demás también tienen debilidades que inclusive pueden ser las mismas. Pero que con diversos puntos de vista se puede tener una orientación para mejorar.

Tutor: JUDITH ANATALI GOMEZ COSGAYA

23 Mar, 20:55 hrs.

El trabajo en equipo es importante

Para: Toda la lección

Mi centro de trabajo es pequeño y como pocos docentes así que antes de iniciar con las lecciones de Construye T, decidimos realizar primero nosotros las lecciones para ponernos en el lugar del alumno de esta manera los comprenderíamos mejor.

Tutor: JAIME HUMBERTO SALADO ARELLANO

23 Mar, 19:30 hrs.

Lo que me ha facilitado para desarrollar en buen termino las actividades con mis alumnos.

Para: Toda la lección

Es normal que se tengan alumnos introvertidos dentro de un grupo escolar, recomiendo no presionar a que compartan sus actividades, es preferible que les encomendemos las lecturas en voz alta para las actividades del grupo y no se sientan relegados; al ver que sus compañeros comparten sus ideas, empiezan a participar, previo a esto se les recomienda a todos que lo principal es el respeto y tolerancia a todas las opiniones que se expresen.

Tutor Construye T:

ANA AMERICA PADILLA ESPADAS

23 Mar, 18:27 hrs.

Hola buenas noches, estas lecciones son importantes ya que ayudan a los jóvenes al proporcionarles herramientas para manejar sus emociones. Hasta el momento nos ha resultado y las actividades han sido del agrado de los jóvenes. En cuanto a los materiales no hemos tenido ningún problema, gracias a la página de Construye-T, ya que resulta de fácil acceso y comprensión para aplicar los materiales.

