

Autorregulación:

Lección 3 ¿Qué es la regulación emocional?

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: CARMEN JOSEFINA RAMIREZ CASTILLO

05 Jun, 18:01 hrs.

dinámicas de confianza

Para: *Toda la lección*

buenas tardes:

Sería muy bueno implementar dinámicas de confianza como la de "guiando al ciego" entre otras, que podamos poner en practica con sus compañeros.

Tutor: EDITH CARPINTEYRO LOPEZ

27 Abr, 23:10 hrs.

El problema de reprimir tu ser

Para: *Los problemas de reprimir lo que sientes*

Esta lección en particular me pareció muy interesante , les hice una analogía a los alumnos y como ejemplo cite cuando preparan palomitas de maíz, les exprese cómo quieren inflarse las gramíneas pero tratan de resistirse y cuándo el calor llega a su máxima potencia, revienta en forma de palomitas, eso mismo sucede con el ser humano, el reprimir sus emociones le daña a su organismo, se amarga, la persona, se queda pasmada y ensimismada en sí misma, claro si al cantarito lo llenas llega un momento en que se desparrama, eso nos pasa a los seres humanos también -así lo exprese- de ahí a importancia de aprender a autorregularnos para controlar la ira, malestar, coraje etc.

Tutor: BASILIO INES DURAN RAMIREZ

27 Abr, 21:30 hrs.

Sobre el modelo MAPA

Para: *Toda la lección*

Me parece que el modelo MAPA(mundo, atención, pensamiento y acción), es una herramienta bastante útil porque permite entender bien como se pueden gestionar las emociones. Los ejercicios de cambiar el foco de atención y trabajar con los pensamientos, nos ayudan a modificar las respuestas emocionales. Esto prácticamente consiste en ver las cosas desde otra perspectiva para encontrarle un mejor enfoque. Por otra parte, la estrategia de cambiar el pensamiento asociado a la emoción, también nos ayuda a modificar la respuesta emocional.

Gracias y buenas noches.

Tutor: AMANDA CRISTINA GOMEZ SALAISES

27 Abr, 13:32 hrs.

LA IMPORTANCIA DE ANALIZAR LAS EMOCIONES DE LOS JOVENES

Para: *Entender las emociones*

En lo personal les comparto lo siguiente: Tengo dos alumnos con los que se batallaba para implementar las lecciones por su apatía para realizar las actividades, se tomo la estrategia de nombrarlos alumnos monitores para dirigir el desarrollo de la lección y se ha logrado mayor aprovechamiento.

Tutor: MA GUADALUPE MEDELLIN MARTINEZ

26 Abr, 20:19 hrs.

LECCIONES FUERA DEL AULA

Para: Toda la lección

Buenas tardes compañeros, algo que observamos funciona para aplicarlo ocasionalmente con los grupos mas pequeños que tengamos es implementar las lecciones fuera del aula, en un espacio en el que el alumno pueda sentirse confortado y gusto, solo checando con anticipación la disponibilidad de material para el alumno pues es importante considerar que no podemos trabajar con cañón si decidimos trabajar en espacios abiertos.

Tutor: GUADALUPE SANTOS MARTINEZ

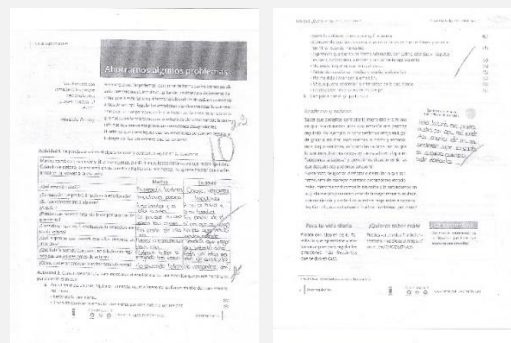
26 Abr, 10:56 hrs.

"Ahorrémonos algunos problemas"

Para: Toda la lección

En esta semana lo aplicado fue: el subir al Facebook grupal, dos de los vídeos proporcionados en esta plataforma para llevar a la reflexión a los jóvenes. Los vídeos fueron los de "regulación emocional" y el de "Transformar la tristeza". Sin lugar a dudas, esos breves pero sabios consejos ayudarán a muchos de nuestros jóvenes y para nosotros es una forma de variar la aplicación de estas lecciones tan interesantes.

Documentación gráfica



Tutor: ANAHI ROSALES RODRIGUEZ

25 Abr, 12:24 hrs.

Aprendizaje emocional

Para: Toda la lección

La adolescencia es la etapa en la que se experimentan más los efectos de las emociones en la personalidad, es más, es el mejor momento para el aprendizaje emocional, la escuela ha tomado un papel importante en el aprendizaje emocional pero no somos los únicos, el trabajo de la inteligencia emocional en adolescentes se inicia en la familia, sería interesante trabajar con los padres y/o tutores este tipo de actividades.

Tutor: MAYRA NINET PEREZ MARTINEZ

24 Abr, 19:30 hrs.

Consejo para la resistencia de Construye T

Para: *Toda la lección*

Buenas noches, consejo para la resistencia. Sugiero que cuando el director realice una reunión ustedes como tutores Construye T soliciten una intervención, para que antes de iniciarla aplique una de las lecciones o alguna de las fichas ConstruyeT. Recuerda: la mejor manera saber cómo hacerlo es vivirlo. Saludos

Tutor: ADRIAN CUTZ PARRA

22 Abr, 19:29 hrs.

Consejo

Para: *Toda la lección*

Haciendo uso de las chrome book, subir a la nube las lecciones de tal manera que todos los estudiantes tengan acceso a las mismas, de esta manera con su correo institucional las podran bajar, responder en sus libretas, o en su defecto trabajar en ellas y reenviarlas al instructor, de esta manera los alumnos incluso podran compartir los videos que se sigieren a fin de enriquecer y clarificar el tema que se trate.

Saludos cordiales desde Campeche.

Tutor: TANYA YVETTE ORDOÑEZ SERVIN

21 Abr, 00:14 hrs.

Escuchar opiniones

Para: *Toda la lección*

Al finalizar la Lección 3, personalmente me dí a la tarea de realizar preguntas a los alumnos de cada grupo sobre el Programa y la implementación de las lecciones. Hasta el momento, en nuestra escuela fue de mucha utilidad porque me dijeron lo que les gusta de Construye T, y al mismo tiempo me dieron sugerencias para mejorar la aplicación; la cercanía y empatía que podamos mostrar con los alumnos es muy importante, puesto que les hice saber que sus voces serían escuchadas y se retomarían sus comentarios para el trabajo colegiado en la próxima jornada de acompañamiento. Desde mi punto de vista, el programa tiene que llevarse a cabo sin presiones y con el propósito de que para los alumnos sea realmente un espacio de reflexión y aprendizaje personal. De igual forma, escuchar a mis maestros y apoyarlos en las dificultades que puedan tener, como tutora, ser para ellos una figura real de acompañamiento durante la aplicación del Programa.

Tutor Construye T:

DIANA IVONNE GONZALEZ GONZALEZ

20 Abr, 18:55 hrs.

Hola dentro de mi plantel se pone el cronograma semanal en cada aula, por lo que los alumnos conocen al docente y la hora en la que les correspondera aplicar la lección y eso facilita la correcta aplicación y seguimiento.

Tutor: JORGE LUIS MORA CHAVEZ

19 Abr, 14:30 hrs.

DESVENTAJAS

Para: *Desventajas de dejarse llevar por las emociones*

Los docentes debemos apropiarnos de las lecciones, entenderlas y manifestar un interés con la finalidad de transmitir una efectiva reflexión con el alumno, incluso podemos iniciar por aplicarnos las lecciones para posteriormente reproducirlas a los alumnos.

Tutor Construye T:

FABIOLA ARMENTA PEREZ

20 Abr, 21:06 hrs.

Un consejo que propongo hacia mis compañeros docentes es la empatía; el colocarse en los zapatos de los alumnos, eso hará un poco más consciente al docente para entender que nosotros como adultos en ocasiones también en ocasiones nos es complicado manejar nuestras emociones, y hacerles hincapié que, ya hemos pasado esa etapa y nos encontramos con las mismas dificultades y acontecimientos los cuales no sabíamos cómo manejar y eso nos llevó tal vez a equivocarnos, aprender de nuestros errores o incluso a conocernos a lo largo de nuestra vida; considero que esta será una parte aguada para que en los docentes que les cuesta empatizar y tener paciencia con los alumnos, les lleve apoyar y aplicar de mejor manera las sesiones construye-T.

Tutor Construye T:

SIXTO ADOLFO PEREZ MEZA

21 Abr, 00:22 hrs.

Algo que me ha sido útil es enviar al grupo la Lección y apoyarme en los alumnos más participativos que cuentan con Cel, ellos las “bajan” con facilidad a la hora de la sesión, con antelación ya saben de lo que se trata y dan lectura al material por utilizar. Tanto en el colectivo docente como el de alumnos, se va motivando a quienes muestran mayor interés.

Tutor: VIANEY RODRIGUEZ ORTIZ

13 Abr, 23:52 hrs.

Ensayando la lección

Para: Toda la lección

Ayer tuvimos reunión de academia y uno de los puntos fue el de las aplicaciones de construye-T. Acordamos y les comparto que:

Hacer un ensayo donde estemos todos los docentes, actuar como los estudiantes, que un maestro imparta una de las lecciones, que se ajuste al tiempo que diga la lección. Terminada la lección que otro docente imparta otra de las lecciones de la misma manera.

Probablemente poniéndonos en los zapatos de los alumnos aprendamos lo que ellos sienten.

Utilizar el proyector y escribir las respuestas como se lo hemos estado pidiendo.

No hablar si no lo permite el maestro que dirige, muchas veces el alumno quiere hablar y nosotros por ahorrarnos tiempo no lo dejamos. A veces nos enojamos por el desorden y nosotros los maestros estamos peor en las reuniones.

Entonces mi consejo es: hacer un ensayo de una de las lecciones y al mismo tiempo nosotros mismos estaremos regulando nuestra emoción.

Saludos

Tutor: ORBELIN ARIAS ESTRADA

13 Abr, 23:03 hrs.

el complemento de las lecciones

Para: Toda la lección

sería bueno complementar las lecciones contruyeT.

Por ejemplo al finalizar la semana podríamos proyectar una película de carácter socioemocional

(cadena de favores, intensamente, etc.)
Escuchar poemas o audios de superacion personal, etc.

Tutor: CLARA LUZ MARTINEZ CAZARES

13 Abr, 20:52 hrs.

contextualizar

Para: *Toda la lección*

Considero que algo que funciona es dependiendo del grupo y las situaciones que ahí se ven o en la escuela, poner ejemplos acorde a sus contextos para generar mayor interés y participación, así como controlar los tiempos y participaciones que es importante también.

Tutor: JOSEFINA MATA CERVANTES

13 Abr, 19:22 hrs.

Consejo

Para: Regular las emociones entrenando la mente

Considero que independientemente del tiempo que lleva las lecciones, vamos haciendo un trabajo que a los jóvenes les permite sentirse acompañados, de aquí la importancia que las lecciones las leamos y las preparemos para no improvisar y que los estudiantes se den cuenta lo importante que son y puedan compartir lo que sienten.

Gracias Josefina Mata

Tutor: FLOR NASHIELY PEZA OJEDA

13 Abr, 18:18 hrs.

COMUNIDAD ESCOLAR

Para: Toda la lección

Buenas tardes compañeros, sabemos que por la carga de trabajo de los docentes, olvidan o no les da tiempo de hacer las lecciones, en mi plantel, lo que hago es que cada semana publico en la página facebook de la escuela vídeos relacionados con la lección que toca aplicar en la semana, de igual forma envío a cada correo de los docentes información, vídeos y material necesario para que puedan aplicar la lección.

Como tutor, trato y busco estrategias para que se apliquen las lecciones. Estamos trabajando en ello.

Saludos.

Flor Nashiely.

Documentación gráfica



Tutor: KARLA ALEXANDRA RAMIREZ CHAVEZ

13 Abr, 15:44 hrs.

PROYECCIÓN DE VIDEOS (RECURSOS)

Para: Toda la lección

Buenas tardes:

Nosotros lo que hacemos es que proyectamos algunos de los recursos en las reuniones con los docentes, para que ellos a su vez los compartan con los alumnos.

Tutor Construye T:

ROSARELY VELAZQUEZ BARRERA

13 Abr, 15:12 hrs.

Buenas tardes, con respecto a su comentario, el programa Construye-t no solo esta dirigido a los alumnos, sino también a docentes y directivos, precisamente para que logremos desarrollar habilidades socio emocionales que nos permitan relacionarnos con los demás de una manera más cordial y benéfica.

De manera personal, les puedo comentar que en el plantel se aplican las lecciones a responsable y docentes en determinados momentos, y es muy grato, ya que, aunque no lo hacemos en horario de clases, nos resulta muy bueno e incluso desestresante.

Tutor: VERONICA YAZMIN MERA GONZALEZ

12 Abr, 20:01 hrs.

Recuérdale a tu mente tu grandeza, tu inmensidad, tu pasión y tu fortaleza...

Para: Toda la lección

Buenas noches a todos.

El consejo que puedo aportar ya que me ha funcionado mucho es;

Primero, cada vez que implementemos una lección le recordemos a los estudiantes lo importantes que son, las muchas habilidades que poseen para identificar y manejar emociones. Es decir motivarlos, haciendo que reconozcan las cosas buenas y positivas de sí mismos.

Segundo, compartir experiencias personales con ellos, ya que de esta forma sienten más confianza para expresar sus emociones y sobre todo que se dan cuenta que aunque somos docentes una vez fuimos adolescentes como ellos, que entendemos muchas de las emociones y situaciones en su vida.

Y por último, compartimos los materiales con anterioridad con ellos, de esta forma al analizar cada lección ellos han tenido tiempo para reflexionarlo, practicar las actividades que vienen al final con su familia, socializando así los resultados en el colectivo.

Tutor: FIDELIA RIVERA MARTINEZ

12 Abr, 11:10 hrs.

Perfil del egresado

Para: Toda la lección

Hola, Buen día!

En los comentarios de algunos tutores, refieren que aplican las lecciones de Construye T, en Tutorías y Orientación Educativa, de acuerdo al nuevo Modelo Educativo las lecciones las tienen que implementar los docentes e integrarlas en sus secuencias didácticas, no es un apoyo a lo académico, es parte de lo académico, ya que es un criterio del perfil del egresado del estudiante de educación media superior, por lo que mi consejo es que todos podamos integrar las lecciones dentro de la planeación didáctica y no se les considere solo un apoyo que lo tengan que realizar en tutorías. Gracias!

Tutor: VIANEY RODRIGUEZ ORTIZ

11 Abr, 23:50 hrs.

Usar la tecnología y también elaborar un cuadernillo de trabajo

Para: *Toda la lección*

En mi plantel se usa el cañón. Se estudia la lección y se aplica.

Quiero proponer en mi plantel el hacer un cuadernillo impreso de todas las lecciones. Siento que es una inversión para toda la vida.

Sacando cuentas del número de páginas con un aproximado de 216 copias (hay lugares donde cuestan 30 centavos o menos si son cantidades grandes de copias)

Que los alumnos traigan en sus mochilas el cuadernillo de lecciones construye-T como un libro de una materia más en su vida, y lo estén utilizando con todos los maestros.

Lo interesante aquí es que de ellos tienen en sus manos todo lo que ellos quieran tomar o dejar, ejercicios, ligas para vídeos, más información, etc. (e inclusive puede ser su diario personal de emociones). Es mi humilde opinión. No gastarían más de 80 pesos en el cuadernillo que les va a servir toda una vida si ellos así lo quieren (gastan más en otras cosas).

Tutor: ELIZABETH CARBAJAL LOPEZ

11 Abr, 22:03 hrs.

Implementar actividades en horas libres

Para: *Toda la lección*

En mi centro de trabajo se acordó que en las horas libres o perdidas por diversas razones se aprovecharía para poder proyectar los vídeos del programa o trabajar lecciones en la sala audiovisual.

Tutor: MARIA DE LOS ANGELES BALDERAS LOPEZ

11 Abr, 21:27 hrs.

VIDEOS

Para: *Toda la lección*

En la hora del receso se proyectan los vídeos de las lecciones correspondientes a la semana, para que los alumnos puedan verlos y también se comparten en la pág. de facebook

Tutor Construye T:

MIGUEL PEREZ HERRERA

12 Abr, 12:38 hrs.

Para nosotros estamos trabajando en implementar una cineteca y dentro de ella incluir los vídeos como recursos de apoyo para que los alumnos que por algún motivo no entren a clases los vean.

Tutor: ELSY LETICIA CACHÓN ESTRELLA

11 Abr, 21:17 hrs.

No veo mis aportaciones de consejos.

Para: *Toda la lección*

Buenas noches, Una de las actividades, que los profesores reportaron, es el buzón para los alumnos, dado que algunos todavía no se atreven a exponer en grupo sus dudas.

Este medio ha resultado bueno, pues hay una serie de preguntas sobre el MAPA, y algunos alumnos refieren problemáticas personales, que se canalizan a orientación o a los diferentes programas de apoyo.

Tutor: DULCE MARIA CRUZ CASTILLO

11 Abr, 12:33 hrs.

Construye-t y tutorías

Para: Toda la lección

Buenos días compañeros y asesor.

En mi plantel también se implementa como programa institucional el Programa de Tutorías, por lo que en este semestre decidí implementar las lecciones del programa Construye-t en el programa de tutorías, de tal forma que el programa de tutorías se lleva a cabo a la par del programa Construye-t, incluso los docentes pueden entregar el mismo reporte de evidencias que es funcional para el programa de tutorías y para construye-t, de esta forma cubrimos dos programas importantes. El inconveniente se presentó con los maestros que no tienen horas de fortalecimiento frente a grupo (horas de descarga) sin embargo a ellos les programe de manera semanal, el trabajo ha sido optimo si hay atrasos pero son mínimos.

Tutor Construye T:

YASMIN CRUZ ALDANA

13 Abr, 18:38 hrs.

Buenas tardes,

Creo que somos muchos maestros los que coincidimos con el problema tiempo en la implementación de las variaciones Construye-T, pero el escuchar a los alumnos, hacer que controlen y manejen sus HSE los lleva a un mejor entendimiento de la vida real a través de ejercicios sencillos como los que a través del programa se implementan. La educación para la vida es fundamental y Construye- T así lo propone.

Gracias.

Tutor Construye T:

SORAYA DEL CARMEN ALVARADO SANTIAGO

11 Abr, 10:02 hrs.

Buenos días

lo puedo comentar es que es importante trabajar en conjunto con nuestros docentes, ya que en nuestro plantel la mayoría es sobrecargado de trabajo y creo que es el caso de todos, así que en ocasiones somos apoyo para ellos durante la implementación del ejercicio, y participar directamente en el aula con los jóvenes es verdaderamente gratificante.

Tutor Construye T:

MARIA DEL CARMEN FLORES GUZMAN

10 Abr, 19:37 hrs.

Hola Chicos me consejo es que hay que retomar el objetivo de la leccion y darle un sentido en su contexto para que su participación sea mas sustanciosa o productiva.
saludos

Tutor Construye T:

CARMEN ROSA LUEVANO AGUIRRE

10 Abr, 19:56 hrs.

Buenas tardes compañer@s:

Podríamos proyectar alguno de los videos sugeridos en los recursos adicionales, el que esté más de acuerdo con las características específicas del grupo y relacionarlo con las actitudes de los jóvenes con la finalidad de lograr una mayor sensibilización e interés por parte del grupo.

Saludos!!!

Tutor Construye T:

ADRIAN CUTZ PARRA

12 Abr, 10:01 hrs.

Consejo:

Haciendo uso de las chrome book, subir a la nube las lecciones de tal manera que todos los estudiantes tengan acceso a las mismas, de esta manera con su correo institucional las podran bajar, responder en sus libretas, o en su defecto trabajar en ellas y reenviarlas al instructor, de esta manera los alumnos incluso podran compartir los videos que se sigieren a fin de enriquecer y clarificar el tema que se trate.

Saludos cordiales desde Campeche.

Tutor Construye T:

JANNE MENESES SANTACRUZ

12 Abr, 20:52 hrs.

Buenas noches profesores

También es importante que nosotros, regulemos nuestras emociones, por lo que les comparto, que en la lección 3.4, sugiere el vídeo El árbol encantado y esta en los materiales adicionales, dura un poco más de 14 minutos, es un ejercicio de relajación, que bien valdría que lo escucháramos por lo menos tres veces a la semana, ya que nosotros estamos sometidos a un ritmo de trabajo muy intenso.

Tutor Construye T:

JOSE JUAN RAMIREZ NUÑEZ

09 Abr, 13:43 hrs.

Hola compañeros tutores y asesor: buenas tardes, quiero compartir con ustedes una estrategia que una de mis compañeras docentes ha aplicado en nuestra escuela; utilizando los celulares (que tanto criticamos), la compañera descargo en su celular la lección y por bluetooth se las compartió a los alumnos y las actividades las realizaron en su cuaderno. evitando con esto el manejo excesivo de fotocopias.

José Juan Ramirez Núñez. EPOAN Teotihuacán. ¡Saludos!.

Tutor Construye T:

ERIKA DAEN RUIZ MARTINEZ

10 Abr, 08:28 hrs.

Buen día, me parecen excelentes consejos para tomar en cuenta en la aplicación de las lecciones, ya que lo importante es que los alumnos se sientan cómodos y relajados para iniciar estas actividades, por lo tanto algo que a mi en lo personal me ha ayudado mucho es acomodar las sillas de manera diferente, en mesa redonda, por ejemplo, con un poco de música relajante con la que ellos se puedan concentrar al realizar la actividad. Saludos.

Tutor Construye T:

LAILY ARZATE MONTES DE OCA

10 Abr, 16:11 hrs.

Estoy en total acuerdo con que la revisión de los recursos adicionales, es necesaria y por supuesto compartirla con el personal docente... Es un gran compromiso trabajar con las emociones en esta etapa de desarrollo de los jóvenes, pero también es cierto que si se logra sensibilizarlos se tienen grandes resultados..En lo personal antes de iniciar las lecciones me ayuda mucho realizar un ejercicio de respiración (meditación) en el cual anexo la temática de las lecciones con un breve relato, con el fin de involucrarlos en la actividad. Entonces ya en esa actitud de escucha abordó el

contenido de las lecciones. Ha sido gratificante la respuesta de los jóvenes.
Laily CBT Lic. Julián Díaz Arias. Chapultepec Edo. de México

Tutor Construye T:

LAILY ARZATE MONTES DE OCA

12 Abr, 09:57 hrs.

Buenos días

Al escuchar a docentes de mi institución y analizando los obstáculos que se presentan para el desarrollo de las lecciones dentro de las materias, Sugiero que para poder aplicar las lecciones y obtener lo que todos esperamos "impactar realmente en los jóvenes", sería tal vez conveniente que se designe un docente u orientador para cada grupo, que dedique el tiempo para aplicar las 72 lecciones durante el semestre, como si fuera otra materia más, de tal manera que se tenga continuidad del trabajo, sea más sistemático y los alumnos le tomen mayor importancia y sentido al trabajo.
Laily CBT Lic, Julián Díaz Arias. Edo. de México

Tutor Construye T:

ROSA MARIA MACIAS HERNANDEZ

13 Abr, 08:41 hrs.

Una de las ventajas que se tiene cuando aplicamos las actividades de autorregulación en nuestra institución es cuando el estudiante y el docentes están emotivamente satisfechos con ellos mismos porque entendieron que actividades relevantes son prioritaria para mantenerse en equilibrio emocional, además de que identifican cuales son prioritarias y concentran su atención, mi recomendación es que hay que continuar manteniendo buenas relaciones tanto con los docentes como con los estudiantes y para que esto se logre hay que mantener un ambiente armonioso sano. Saludos cordiales

Tutor Construye T:

KAREN ISABEL SALAZAR HURTADO

09 Abr, 15:07 hrs.

Es de vital importancia conocer los contextos que poseen nuestros alumnos, para poder ayudarlos a que se expresen entre sus pares y con sus maestros. hay que estar mas atentos a ellos, a sus cambios y jamas dar por sentado que a la edad de ellos no tienen problemas, algunos de nuestros jóvenes tienen mas problemas que un adulto. En nuestro plantel somos muy afortunados porque tenemos tutorias, platicas a través del programa FOMALASA y también el equipo de docentes que trabajan activamente el programa CONSTRUYE-T

Tutor Construye T:

ANA MIRELLY BONILLA CARBALLO

10 Abr, 18:31 hrs.

Envío un gran y afectuoso saludo desde la sierra Norte de Puebla, particularmente desde la comunidad "La Magdalena", perteneciente al municipio de Honey.

Como Docente frente a grupo y con la responsabilidad de Tutor Construye T, propongo que para realizar un trabajo en equipo es indispensable:

- 1.- Estar dispuesto al trabajo, al cambio y querer realizar la aplicación de las lecciones Construye T.
- 2.- Conocer el Programa Constuye T (mediante el curso en línea, acompañamiento del director y del tutor Construye T).
3. Descargar, leer y preparar la lección previamente (NO 5 minutos antes de la clase y mucho menos imprimirla tal cual y entregarla a los alumnos).

- 4.- Aplicar la lección en la semana que corresponda para que no se acumule el trabajo.
- 5.- Realizar las actividades de la lección, NO por obligación, sino por que son importantes para el desarrollo de nuestra vida diaria.
- 6.- No buscar los contra (porque hay muchos), mejor buscar soluciones.
- 7.- Realizar los reportes pertinente en la semana indicada, se te acumula más trabajo y retrasas el trabajo de otros compañeros.
- Respetuosamente
Mtra. Ana Mirelly

Tutor Construye T:

FLOR NASHIELY PEZA OJEDA

11 Abr, 19:04 hrs.

COMUNIDAD ESCOLAR

Buenas tardes compañeros, sabemos que por la carga de trabajo de los docentes, olvidan o no les da tiempo de hacer las lecciones, en mi plantel, lo que hago es que cada semana publico en la página facebook de la escuela vídeos relacionados con la lección que toca aplicar en la semana, de igual forma envío a cada correo de los docentes información, vídeos y material necesario para que puedan aplicar la lección.

Como tutor, trato y busco estrategias para que se apliquen las lecciones. Estamos trabajando en ello.

Saludos.

Flor Nashiely.

Tutor Construye T:

ALMA ELIA GARCIA TELLEZ

13 Abr, 23:01 hrs.

Buenas noches

Para que el alumno no se sienta abrumado, los profesores que están trabajando las lecciones nos pusimos de acuerdo, para que por día se trabaje una versión de la lección y solo un día a la semana trabajar dos versiones procurando en lo posible no ser continuas, pues se dio el caso de que los estudiantes expresaban "¿otra vez construye T? "

Saludos