

Autorregulación:

Lección 8 La confusión y sus problemas.

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: Ana Isabel Magaña Gutiérrez

08 Jun, 21:03 hrs.

La historia de la serpiente

Para: *La historia de la serpiente*

Buenas noches mi consejo es que escriban en una hoja lo más significativo de esta lección y como la pueden aplicar en su vida cotidiana, al final la entreguen si lo desean para que tengan la retroalimentación del asesor y de los estudiantes.

Saludos cordiales.

Tutor: ANTONIO HERNANDEZ HERNANDEZ

02 Jun, 00:07 hrs.

Nuestra serpiente.

Para: *Toda la lección*

Buenas noches.

Después de leer y analizar los comentarios de los que integramos este grupo, me percaté de que aún existen casos en los que las sesiones Construye T no son del agrado de los estudiantes.

El consejo que aportó es que como docentes nos convenzamos de la necesidad de tocar este aspecto de los estudiantes, pues el desagrado puede venir de nosotros, ya que vemos el programa como algo que se nos impuso y que nos atrasa en nuestros contenidos programáticos.

Estoy convencido de que la actitud que tomamos ante el grupo determina la respuesta de los estudiantes. Nos quejamos del tiempo y, en algunas ocasiones, nos pasamos en actividades de administración de la clase.

Saludos desde el CBT Tenancingo ubicado en San Juan Xochiaca, Tenancingo, México.

Tutor: SANDRA JUDITH GONZALEZ GONZALEZ

31 May, 23:49 hrs.

Llevar construye-t fuera de las aulas

Para: *Toda la lección*

Me ha gustado mucho, cada vez que recibo a un alumno en mi oficina, que va a comentar alguna situación difícil, tener la oportunidad de recordarle que precisamente para resolver ese tipo de situaciones, es que se dan las lecciones.

Tutor: VANIA ISRADE JUAREZ

31 May, 21:15 hrs.

Actividad para valorar lo que ven o sienten

Para: *Toda la lección*

Es una actividad para que los alumnos valoren que cada uno tiene un punto de vista diferente. Se les pide que cierren los ojos y perciban durante dos minutos todo lo que pasa a su alrededor.

Después se les pide que anoten lo que ellos escuchaban o sentían dentro del salón y en otra lista fuera del salón. Se hace una lista entre todos de lo que escuchaban o veían. Y luego una reflexión

de cómo cada uno siente, escucha, disfruta de forma distinta cada cosa de acuerdo a su contexto en el que crecieron. Así pueden comprender que cada uno siente diferente y tuvo una experiencia previa distinta.

Tutor: LEONARDO ENEDINO ALARCON DILLANES

25 May, 09:04 hrs.

Materiales adicionales

Para: *Toda la lección*

Mi consejo es que los alumnos tengan también el material de apoyo para que lo analicen con calma en casa ya que no da tiempo en la escuela.

Tutor: ELIZABETH CARBAJAL LOPEZ

18 May, 22:24 hrs.

Invitación a docentes

Para: *Toda la lección*

Buenas noches compañeros

Comparto con ustedes que este lunes tuvimos reunión de academia en mi plantel y el tema principal fue "Seguimiento-Construye-T), donde se hizo una invitación a todos los docentes a participar de manera activa en las actividades del programa, se les concientizó a través de videos, además se les invito a tener mayor comunicación a través del grupo que tenemos de Whats upp, donde compartimos experiencias, dudas y resultados.

Puedo decirles que la reunión fue un éxito se estableció un compromiso de trabajo para concluir este semestre y el próximo con nuevas estrategias de trabajo.

Saludos

Elizabeth Carbajal López

Tutor: ELSY LETICIA CACHÓN ESTRELLA

18 May, 20:49 hrs.

Compartir en foro

Para: *Toda la lección*

En mi institución son muchos los docentes, que están renuentes a trabajar las lecciones, sin embargo, algunos lo han hecho, y platicando con ellos, me comentaban lo que les ha servido a ellos, más que a los alumnos, como han aplicado las estrategias, como se están deteniendo e identificando sus emociones, recordando elementos de las lecciones, y como se cuestionan la falta de habilidades para reconocer y regular sus emociones.

De ahí que el día miércoles que tenemos jornada de acompañamiento, se hará una especie de foro, para que los docentes compartan a todos los demás sus experiencias emocionales y la aplicación de estrategias en ellos, como personas.

Espero esto motive o por lo menos siembre una semillita de curiosidad, para probarlas.

Tutor: BENITA IBAÑEZ PEREZ

18 May, 19:35 hrs.

Como conocer mi mundo interno y externo

Para: *Toda la lección*

Las lecciones se realizaron en base a diferentes estrategias de aprendizaje y a los materiales adicionales entre ellos el mito de la caverna de platon.
Se realizo una obra de teatro, carteles y una historieta. La experiencia fue muy bonita participaron todas las lecciones y fue muy divertida y los alumnos demostraron mas interes en los temas.
Saludos.

Documentación gráfica



Tutor: RODRIGO REBOLLAR RIOS

17 May, 19:40 hrs.

La Relajación, Atención y Emociones

Para: Toda la lección

El consejo que yo sugiero es seguir trabajando con la relajación y la atención que son los aspectos que más dificultad les cuesta a los alumnos, ya que fácilmente se distraen o comentan cosas que provocan ruidos. Además, los docentes tienen que ir aprendiendo este trabajo tan maravilloso sobre las emociones para sensibilizarse con sus alumnos y permitir que éstos compartan con ellos sus emociones y entender que no solo existe lo académico que el adolescente tiene sus propios problemas que le impiden concentrarse, poner atención y por ende aprender.

Gracias

CBT Isidro Fabela Alfaro, Isidro Fabela, Estado de México

Tutor Construye T:

MARCO AURELIO PEREZ SIERRA

16 May, 19:19 hrs.

Mi consejo consiste en que hagan cada una de las lecciones personalmente, respondamos por lo menos una de las actividades que se implementará en algún grupo, yo las he ido realizando y me

han ayudado bastante en mi desarrollo personal, controla mas mi temperamento y ya no me enoja, cuando siento que estoy a punto de hacerlo aplico alguna de las técnicas que aquí se han expuesto en alguna lección, y eso me ha ayudado a tener menos problemas con mis compañeros tutores, los cuales no aplican las lecciones porque no les interesa involucrarse con sus grupos tutorados.