

F.O.L.

Aportaciones

alumnos

2^a Evaluación

En esta evaluación he aprendido muchas cosas interesantes que me ha servido para muchas cosas como

- No buscar excusas cuando tus cosas nos salen mal, o cuando no hemos echo algo bien.

- La auto estima tambien he aprendido la valorar mas aun mas porque antes me valoraba pero no tanto como ahora.

- tambien he aprendido a valor a los compañeros cuando hablan y respetan sus ~~se~~ opiniones que dan entre el grupo.

Yo creo que me merezco en las nota un 7 porque he dado mis opiniones en clase, he hecho los trabajos que nos mandaron para hacer aunque no todos.

Tambien me he comportado bien pero puede que no sea perfecto pero me comportado lo que se dice bien.

- Ha ~~tambien~~ tambien he aprendido la lucha por lo que quieras para hacer tus sueños realidad.

La verdad es que no creo que hayamos echo nada productivo, no pongo en duda que aprender hemos aprendido, cosas sobre nosotros mismos, ya que en clase surgen temas que le hacen a uno pensar, se aprendido alguna cosa sobre automotivacion, y aunque no este del todo de acuerdo la mayoria de las veces, lo que se ha aprendido en claro es que de un mismo concepto, hay una gran diversidad de opiniones lo cual antes no acababa de creer, pues creia que todos y casi todos piensan igual y la idea distinta era la mia, y aunque al principio una opinion parecia la misma es muy distinta.

~~Verdad~~

Y se he de valorar la nota que me merezco, no creo que se me pueda dar una nota pues no he hecho nada, aunque muchos de los conceptos que vemos dado en clase no son evaluables.

2. EVALUACIÓN: "Resumen" y de que me sirvió

HP Parte Sobresaliente.- Quiero empezar por la parte sobresaliente, ya que me sirvió un poco porque de tal forma al escribir mi parte sobresaliente en un papel me acordaba siempre que hay que buscar esa parte dentro de mí que está oculta.

Las llaves de Nasrudén... Nos contaba que hay que buscar dentro de nosotros mismos ese yo positivo aunque todo lo de afuera sea obstáculos hay que iluminar esa parte oscura y encontrarse uno mismo.

"Esque y Hay Que"

Uno de los temas más importantes para mi forma de pensar, por que me sirvió para darme cuenta de que nuestras palabras y la fuerza que hay en ellas están a veces llenas de pretestos y excusas que no nos llevan a ninguna parte. Mediante este ejercicio creo que hemos aprendido a que cada vez que viene en nuestras palabras es "Esque" pensarlo mejor y intentar cambiarlo por un "Hay Que".

Cosas Buenas y Malas en el Grupo

Un ejercicio que me sirvió para darme cuenta de que mis compañeros al igual que yo tenemos una forma de pensar en la mayoría positiva del uno al otro.

Práctica Eleo. Ponsel

Práctica muy buena me sirvió mucho ya que fue un trabajo emotivo en el cual todo el grupo participó, y demostramos tener muchos sentimientos guardados.

El Camino del Arco

A mi forma de ver un libro siempre te autoayuda y mucho así que esta fase de la evaluación "la mejor" ya que me gusta leer poco pero me gusta. Agradezco mucho al encontrar un libro tan bueno.

Opinión Personal Final

Sinceramente no se si esta evaluación cambiara cosas de mi vida cotidiana. Se si me llevara a un aprobado general, me quedo con lo interesante que ha resultado, al intercambiar opiniones, participar por medio de prácticas y muchas cosas más tal vez no tuve el interés necesario, así pues dejo mi nota en la laboración que usted haga a mi comportamiento, trabajo e interés. Yo creo en lo personal que tengo un "Aprobado".

FOL

En esta evaluación ~~se~~ lo mas inteligente que he aprendido es, que no hay que ^{deir} "esque" sino "hay que". Esto significa mucho, aunque parece poco. Nos enseña a no quedarnos parados ante los problemas y simplemente quejarnos, nos enseña a poner un remedio rapidamente, a mirar la vida de otra manera, evitando y resolviendo los problemas. Tambien he observado y leido muchas aportaciones en Power points que te dan mucho que pensar. ¿Aprovecho bien la vida? ¿Me preocupo demasiado por algunas cosas? Tengo que mirar los problemas desde otro punto de vista y valorar otros simples detalles que nos pasan desapercibidos, pero tambien he aprendido que gente que le tenia respeto, simplemente por su forma de pensar y ver las cosas, ~~se~~ perdio en 10 segundos, me decia que mi comportamiento era infantil, pero lo que el no se daba cuenta esque al mismo tiempo que me lo decia con un tono de burla, ~~me ridiculizaba~~

perdió todos mis respetos, porque era él el que parecía un niño haciendo la boba. No se quien era peor de los dos, uno por cabezon y otro por hacer lo que hizo. Aunque parezca que esto no lleva a ningún

sitio, si que lo hizo. En ese momento me di cuenta de muchas cosas, y ciertamente lo necesitaba.

No me merezco el aprobado simplemente por mi comportamiento, ~~y el otro día~~ ni lo quiero porque no me lo he ganado. Respecto a los trabajos los tengo todos completados, pero no he enviado ninguno porque mi ordenador es un "tarro". ~~Los~~ Yo los tengo a mano, que no sé porque diantres se empeña en hacerlo en ordenador y no a mano como toda vida.

Usted tiene una manera de pensar y yo otra muy distinta.

T.O.L

¿Para qué nos ha servido la segunda evaluación de F.O.L.?

En la segunda evaluación de F.O.L. he aprendido muchas cosas, como qué es el autoestima.

También he mejorado en ordenadores (Power Point) ya que sabía poco utilizarlos.

He aprendido a saber prestar atención ya que en la primera evaluación no respetaba el turno a los demás.

Antes en cuanto no me salía algo me desquiciaba, ahora me pongo a pensar haber en lo que tengo que hacer para que me salga lo que no me salía.

También he aprendido en pensar en la parte sobresaliente de mi mente para sacar algunas conclusiones que no tenga del todo claras.

Otra cosa que ~~se~~ me ha quedado en la cabeza es la frase: "hay que..." en vez de decir: "es que..."

Una de las cosas que se ha quedado en mi cabeza fue el ejemplo que el profesor explicó sobre los ratones y las islas.

He aprendido en esta segunda evaluación que si me aplico un poco más puedo llegar a la meta que quiero.

También he aprendido el significado que tiene META, ya que antes pensaba que era una simple palabra pero ahora pienso que tiene también su significado.

La nota que me pondría es: un 4'5 o un 5 porque he aprendido muchas cosas a pesar de que no tengo los ejercicios.

Resumen de la Segunda Evaluación

F.O.L 1º de
electricidad

- El trimestre comenzó siendo en mi opinión extraño, no entendía la aplicación o lo que veíamos en clase. Poco a poco el trimestre fue continuando y fui entendiendo la forma de la clase. El objetivo de las clases era el conocerse mejor a nosotros mismos, valorar lo que tenemos y queremos hacer con nosotros mismos y con nuestros actos, el aprender, relacionarnos, el saber estar, el no poner excusas para todo y aprovechar el tiempo. Con todo esto he aprendido a aprovechar las horas del día y es que si quieres hacer o sacar algo en ti está la clave para hacerlo.

Una de las prácticas que más me ha gustado es el trabajo de Elsa Pouset, si se realiza bien y se hace con el corazón el autoestima ~~se~~ aumenta como dice la práctica. Otra de las cosas o proyectos realizados que me han gustado es el aprender que con/ usando las palabras correctas: "Quiero" en vez de "Tengo que" "Hay que" en vez de "Esque" ~~en~~ nuestra persona mejora y todos tendríamos que mejorar y sacar lo mejor de uno mismo.

- Mi Auto evaluación es la siguiente: Mi comportamiento ha sido bueno, he realizado los trabajos, he atendido y respetado a los compañeros y a el profesor. No merezco un notable ni un sobresaliente, merezco un aprobado/ suficiente.

¡ESTA TARDE "HAY QUE" HACER LAS ACTIVIDADES QUE ME QUEDAN POR REALIZAR!

- Ejercicios o explicaciones de clase:

- "Hay que" — "Esque ~~que~~"

- "Quiero" — "Tengo que"

- Sacar nuestra parte sobresaliente

- Opinar sobre nosotros ~~para~~ ~~visitas~~ para conocernos mejor.

- Decir cosas buenas de ti y de los compañeros de alado

- Aprender a valorar el esfuerzo

- Aprender a trabajar en grupo

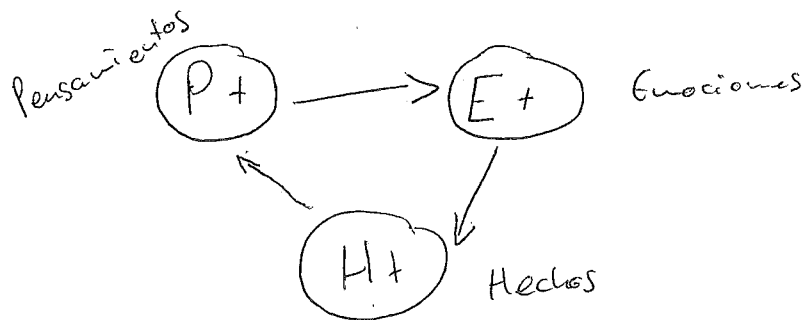
- Aprender a que si no respetas no te respetan

- Aprender a que segun lo que ~~des~~ ~~es~~ obtendras

- Aprender que si haces algo con alegria saldra mejor que si lo haces con mala cara.

* (Tengo que decir que he aplicado muchas de estas cosas en ~~los~~ ~~los~~ ultimos dias y han sido satisfactoriamente) *

Acción



Lo primero que me impactó cuando empezamos la evaluación fue que ~~de nuevo~~ vimos
que lo que usted planteó desde un principio, que yo lo vi como agudo
mental, como psicología de la vida. Usted intentó agudarnos en el
sentido de que la vida hay muchos obstáculos, problemas que nosotros
tenemos que superar y tal y como nos veía usted sabía que nosotros
aún no estábamos preparados y su intención fue cambiar nuestra manera de
ver la vida, con trabajos, proyectos, actividades que usted nos propuso
hacer. A mí al principio me parecía muy raro pero creo que lo que hemos
visto en esta evaluación si que nos ha servido para saber que la vida que
nosotros en particular la mía está llena de cosas y no había ningún
intento de cambiar eso, de mi parte me quedó estancado, pero poco a poco
el trabajo que usted hizo ~~(me inspiró)~~ si que nos ha servido por lo menos
a mí. Antes no trabajaba nada, ahora por lo menos si no lo hago me
entra algo de conciencia y hay cosas que es verdad que lo he hecho
tante pero ~~(también)~~ lo he entregado y yo veo que mejor tanto que
nunca. También ~~(hemos)~~ he aprendido a valorar mi persona a saber como soy
con mis virtudes y defectos a saber respetar a los compañeros a comunicarme
más con ellos, a intentar pensar como ellos, saber que la vida es una meta
y hay que lograr llegar con esfuerzo, sacrificio, ganas, con buena actitud, con
alegría, aún sabiendo que en el camino que hay hasta la meta estará
lleno de problemas, obstáculos que tendremos que superar.
En fin yo veo que si que me ha servido, en el fondo uno se da cuenta
de que tiene que cambiar y pensar en lo que quiere para de bien, para
su futuro como persona.

Yo me pondría un 5 como nota de evaluación porque soy uno de esos
pocos que me esfuerzo, yo sé que poco pero yo sé algo y no veo
que debería sacar lo mismo note que uno que simplemente se esfuerza en
hacer nada ni intentar. También veo que he participado en clase más o menos
bien respondiendo con coherencia, según de lo que digo.

En esta segunda evaluación de Fol he aprendido; qué para hacer las cosas, hay que poner menos esques y más hay que, cada vez que dices el "esque" es una excusa por no haber hecho algo, haberlo hacerlo mal etc...

También en esta segunda evaluación he aprendido que si algo no lo sabes es porque no quieres, las respuestas están dentro de ti, de tu parte sobresaliente, si algo dudas o piensas que no puedes hacerlo, preguntale a tu parte sobresaliente como lo haría y al final lo acabas sacando.

Lo de la semana pasada, (lode Rozas) ami me hizo pensar en situaciones que me había pasado, y poniendome en el lugar del otro, el porque lo hizo etc... me dio que pensar, no fue una lección para mí en ese momento pero si como si me pillase de rebote y aprendi que en ocasiones de peleas, discusiones, poniendose en el lado del otro, sale más rentable que zerrante en banda y no escuchar. (*)

La nota que me pondría yo sería, entre un 5 y un 7;

por comportamiento, ganas e ilusión de hacer las cosas, y es bueno me sumaban puntos a la nota, pero también el hacer los trabajos, no siempre a tiempo, o el no habérselos entregado en su día también me bajan puntos.

Lo dicho entre un 5 y un 7

Un 6

- ⊗ También he aprendido qué es la postura de cada persona en clase dice mucho, si tiene la mochila encima de la mesa, si tiene un cuaderno para coger apuntes, si está mirando por la ventana, estar atento a la explicación ETC

Formación y Orientación Laboral.

¿Para qué nos ha servido la segunda evaluación en F.O.L.?

En primer lugar, me siento agusto en esta clase, porque me transmite tranquilidad, buen rollo y además cada día aprendes algo nuevo. Lo de empezar las frases con la palabra "es que" es algo que nunca ~~me~~ olvidaré, además también hay ~~de~~ ^{que} decirlo, bueno lo digo menos, pero cuando lo escucho decir a otra persona, automáticamente presiento que es una excusa.

En segundo lugar, me parece genial que vayamos a ordenadores para empezar a acostumbrarnos a comunicarnos por correo electrónico. Es bueno aprender cosas nuevas ya que Internet es todo. Este segundo trimestre para mí, han sido 3 meses de reflexión conmigo mismo, visión de futuro y que si haces algo bueno, estas mejor contigo mismo y recibes detalles buenos y bonitos, pero sin embargo si piensas cosas malas, o para hacer daño, lo único que recibirás es más de lo mismo que has dado.

He aprendido que hay muchísimos puntos de vista que la cosas o la vida en si se puede observar o ver desde bastantes perspectivas.

Espero cambiar mi comportamiento en esto que queda de curso, es una meta que me he propuesto y pensando y haciendo cosas buenas, me he dado cuenta que estoy tranquilo, con la conciencia limpia. Hay que hacerlo para poder sentirlo. Y lo más importante "no hay que buscar", "hay que encontrar trabajo." FIN