

ACTA Nº 2

GRUPO DE TRABAJO: Escuchar el silencio. Introducción al mindfulness en el Centro educativo

Lugar: IES Jabalcuz- Jaén		
Fecha: 28/05/2019	Hora comienzo: 15:00	Hora final: 1:00
Asistentes:		
<ol style="list-style-type: none"> 1. María Esperanza Alcalá Ramírez 2. María del Carmen Carrillo Molina 3. M^a Luz Martínez Fernández 4. Dolores Martínez Gámez 5. Lourdes Ordóñez Cañada 		

ORDEN DEL DÍA
<p>Práctica de tomar conciencia del self (duduc armenio)</p> <p>Práctica de meditación andando</p> <p>Balance final del proyecto</p>

Análisis de progreso (qué hemos hecho?)
<p>Se realizan las dos prácticas programadas que son valoradas muy positivamente por los asistentes.</p> <p>Se analiza el proyecto de cara la redacción dela memoria final. Se valora muy positivamente.</p> <p>Se propone la creación de un grupo de WhatsApp para recordar las sesiones. También se reflexiona sobre que es necesario lanzarse a practicar con los alumnos, hay un poco de miedo pero de se plantean que es lanzarse. Ya lo ha ido introduciendo poco a poco.</p> <p>Se destaca también que han utilizado los textos con los estudiantes y han gustado mucho. Son una buena herramienta para la reflexión.</p> <p>En cuanto a la aplicación ha sido, sobre todo a nivel personal aunque repercute en el aula: romper el ritmo vertiginoso ayuda a afrontar las clase mejor; si tengo un grupo difícil me ayuda a prepararme y eso mejora el clima en el aula</p>

Planificación de actuaciones (qué vamos a hacer)
<p>Se reflexiona sobre continuar el año que bien y se considera que es recomendable pues todos consideran que es una actividad que les ayuda a estar mejor.</p>

Evaluación sobre obstáculos, logros, retos... tanto de resultados como de procesos de funcionamiento del grupo.

Las principales dificultades han estado en llevarlo a los grupos y en participar en la plataforma colabr@. Dos retos a superar si el año que viene se forma nuevamente el grupo.

La coordinación del grupo

A handwritten signature in blue ink, appearing to read 'L. Ordóñez Cañada', is centered on the page. The signature is fluid and cursive, written over a light blue rectangular background.

Fdo: Lourdes Ordóñez Cañada