

Marca temporal	Nombres y apellidos del estudiante	Edad
5/2/2025 8:46:11	Adrian camilo muñoz zabala	15
5/2/2025 8:46:43	alvaro esteban sanchez pulido	16
5/2/2025 8:47:11	dylan snyder capacho garzon	15
5/2/2025 8:48:25	LAUREN ISABELLA HERNANDEZ ZL	15
5/2/2025 8:48:27	David Santiago Rojas Lara	15 años
5/2/2025 8:48:41	Willian agustin cabrera bonilla	15
5/2/2025 8:48:48	juan Sebastián Suárez ramirez	15
5/2/2025 8:49:34	Sara Sabino	15 años
5/2/2025 8:49:41	matias alejandro usuga tuberquia	15
5/2/2025 8:50:22	MARIA ALEJANDRA POSADA FERIA	15
5/2/2025 8:50:26	Lhia Meneses	15
5/2/2025 8:50:31	jhoel andres burgos lopez	16
5/2/2025 8:50:59	nilson samul guzman	16
5/2/2025 8:51:17	Felipe Alejandro Cuellar Cadena	15
5/2/2025 8:51:31	David fonseca maldonado	15
5/2/2025 8:51:46	Miguel Ángel Muñoz guateros	15
5/2/2025 8:51:48	Laura Sofia Niño Suarez	15 años
5/2/2025 8:52:19	Maria Fernanda Lopez Gonzalez	15
5/2/2025 8:52:25	Maria Del Carmen Vergara Salazar	16 años
5/2/2025 8:52:56	Yoel Nikolas Murillo Chavez	15
5/2/2025 8:53:13	laura mariana arias montoya	15
5/2/2025 8:53:39	Mayra Alejandra pinto polania	17
5/2/2025 8:53:48	LAURA DANIELA CUBILOOS	15
5/2/2025 8:54:07	Zara Gianella Buitrago Tovar	15
5/2/2025 8:54:11	Zharick Samantha Vargas Sanchez	15
5/2/2025 8:54:32	Diego Alejandro Oliveros León	15
5/2/2025 8:54:33	María Del Carmen Vergara Salazar	16 años
5/2/2025 8:55:07	Anny Ximena Daza Moreno	15
5/2/2025 8:55:19	Juan David Pacheco Piñango	15
5/2/2025 9:01:18	dafne ximena escobar alvarado	15
5/2/2025 9:01:47	Sara Sofia Cruz Fierro	15
5/2/2025 9:02:10	Jefferson Alexander Tunjo Arias	17
5/2/2025 9:04:39	Andrea Ruiz Herrera	15
5/2/2025 9:06:09	Karen Sofia Lerma Riascos	15
5/2/2025 9:09:52	Maria Fernanda Serna Ramirez	15

Situación 1 Imagina que en tu clase de educaci Situación 2: Imagina que en tu clase de educac

Digo lo que pienso, siempre y cuando tenga in: Analizo las ventajas y desventajas antes de tor
Digo lo que pienso, sin importar si tengo la raz: Escucho diferentes opiniones antes de tomar u
Digo lo que pienso, siempre y cuando tenga in: Escucho diferentes opiniones antes de tomar u
Digo lo que pienso, siempre y cuando tenga in: Escucho diferentes opiniones antes de tomar u
Digo lo que pienso, siempre y cuando tenga in: Analizo las ventajas y desventajas antes de tor
Digo lo que pienso para confrontar a mi compæ: Propongo una solución rápida para ganar la cc
Digo lo que pienso, siempre y cuando tenga in: Analizo las ventajas y desventajas antes de tor
Digo lo que pienso, siempre y cuando tenga in: Analizo las ventajas y desventajas antes de tor
Digo lo que pienso, siempre y cuando tenga in: Analizo las ventajas y desventajas antes de tor
Digo lo que pienso, siempre y cuando tenga in: Propongo una solución rápida para ganar la cc
Digo lo que pienso, sin importar si tengo la raz: Escucho diferentes opiniones antes de tomar u
Digo lo que pienso, sin importar si tengo la raz: Escucho diferentes opiniones antes de tomar u
Digo lo que pienso, siempre y cuando tenga in: Escucho diferentes opiniones antes de tomar u
Digo lo que pienso, siempre y cuando tenga in: Escucho diferentes opiniones antes de tomar u
Digo lo que pienso para confrontar a mi compæ: Escucho diferentes opiniones antes de tomar u
Digo lo que pienso, siempre y cuando tenga in: Propongo una solución rápida para ganar la cc
Digo lo que pienso para confrontar a mi compæ: Analizo las ventajas y desventajas antes de tor
Digo lo que pienso, siempre y cuando tenga in: Escucho diferentes opiniones antes de tomar u
Digo lo que pienso, siempre y cuando tenga in: Analizo las ventajas y desventajas antes de tor
Digo lo que pienso, sin importar si tengo la raz: Propongo una solución rápida para ganar la cc
Digo lo que pienso, sin importar si tengo la raz: Escucho diferentes opiniones antes de tomar u
Digo lo que pienso, siempre y cuando tenga in: Escucho diferentes opiniones antes de tomar u
Digo lo que pienso, sin importar si tengo la raz: Propongo una solución rápida para ganar la cc
Digo lo que pienso, siempre y cuando tenga in: Escucho diferentes opiniones antes de tomar u
Digo lo que pienso, siempre y cuando tenga in: Propongo una solución rápida para ganar la cc
Digo lo que pienso, sin importar si tengo la raz: Escucho diferentes opiniones antes de tomar u
Digo lo que pienso, siempre y cuando tenga in: Escucho diferentes opiniones antes de tomar u
Digo lo que pienso, siempre y cuando tenga in: Analizo las ventajas y desventajas antes de tor
Digo lo que pienso, siempre y cuando tenga in: Analizo las ventajas y desventajas antes de tor
Digo lo que pienso, sin importar si tengo la raz: Analizo las ventajas y desventajas antes de tor
Digo lo que pienso, siempre y cuando tenga in: Escucho diferentes opiniones antes de tomar u
Digo lo que pienso, sin importar si tengo la raz: Escucho diferentes opiniones antes de tomar u
Digo lo que pienso, siempre y cuando tenga in: Escucho diferentes opiniones antes de tomar u
Digo lo que pienso para confrontar a mi compæ: Analizo las ventajas y desventajas antes de tor
Digo lo que pienso, sin importar si tengo la raz: Escucho diferentes opiniones antes de tomar u

Situación 3: Imagina que durante una clase de Situación 4: Imagina que en una clase de edu

Analizo las posibles consecuencias. Antes de aceptar el cambio de reglas, evalúo s
Reacciono de una manera impulsiva para trata Cuando cambian las reglas, pregunto por qué
Analizo las posibles consecuencias. Cuando cambian las reglas, me concentro en j
Escucho ambas partes y luego ayudo a solucic Antes de aceptar el cambio de reglas, evalúo s
Reacciono de una manera impulsiva para trata Antes de aceptar el cambio de reglas, evalúo s
Escucho ambas partes y luego ayudo a solucic Cuando cambian las reglas, pregunto por qué
Escucho ambas partes y luego ayudo a solucic Cuando cambian las reglas, pregunto por qué
Escucho ambas partes y luego ayudo a solucic Antes de aceptar el cambio de reglas, evalúo s
Escucho ambas partes y luego ayudo a solucic Antes de aceptar el cambio de reglas, evalúo s
Analizo las posibles consecuencias. Cuando cambian las reglas, pregunto por qué
Escucho ambas partes y luego ayudo a solucic Cuando cambian las reglas, me concentro en j
Escucho ambas partes y luego ayudo a solucic Cuando cambian las reglas, pregunto por qué
Analizo las posibles consecuencias. Cuando cambian las reglas, pregunto por qué
Escucho ambas partes y luego ayudo a solucic Antes de aceptar el cambio de reglas, evalúo s
Escucho ambas partes y luego ayudo a solucic Cuando cambian las reglas, pregunto por qué
Escucho ambas partes y luego ayudo a solucic Cuando cambian las reglas, me concentro en j
Escucho ambas partes y luego ayudo a solucic Cuando cambian las reglas, pregunto por qué
Escucho ambas partes y luego ayudo a solucic Cuando cambian las reglas, me concentro en j
Reacciono de una manera impulsiva para trata Cuando cambian las reglas, pregunto por qué
Escucho ambas partes y luego ayudo a solucic Cuando cambian las reglas, me concentro en j
Analizo las posibles consecuencias. Cuando cambian las reglas, pregunto por qué
Analizo las posibles consecuencias. Antes de aceptar el cambio de reglas, evalúo s
Reacciono de una manera impulsiva para trata Antes de aceptar el cambio de reglas, evalúo s
Analizo las posibles consecuencias. Cuando cambian las reglas, pregunto por qué
Escucho ambas partes y luego ayudo a solucic Cuando cambian las reglas, me concentro en j
Escucho ambas partes y luego ayudo a solucic Cuando cambian las reglas, pregunto por qué
Reacciono de una manera impulsiva para trata Cuando cambian las reglas, pregunto por qué
Escucho ambas partes y luego ayudo a solucic Cuando cambian las reglas, me concentro en j
Escucho ambas partes y luego ayudo a solucic Cuando cambian las reglas, pregunto por qué
Escucho ambas partes y luego ayudo a solucic Antes de aceptar el cambio de reglas, evalúo s
Escucho ambas partes y luego ayudo a solucic Cuando cambian las reglas, pregunto por qué
Escucho ambas partes y luego ayudo a solucic Antes de aceptar el cambio de reglas, evalúo s
Escucho ambas partes y luego ayudo a solucic Cuando cambian las reglas, me concentro en j
Reacciono de una manera impulsiva para trata Cuando cambian las reglas, me concentro en j
Escucho ambas partes y luego ayudo a solucic Antes de aceptar el cambio de reglas, evalúo s

Pregunta reflexiva ¿Crees que los talleres te ayudaron a pensar mejor, reflexionar y analizar las cosas de manera más crítica?

creo que, si me ayudó mucho, pienso que cambió mi forma de ver las situaciones sociales y de violencia en el ámbito escolar. Si porque ya puedo tratar de ver las cosas con una forma más crítica y no pensando tanto en solo en mí o en mi pensamiento sino por que nos ayudaron a intentar mejorar pero con la ayuda de los talleres y intentar analizarlas.

no mucho debido a que mi percepción de la vida y resolución de conflictos se ha trabajado más a fondo en un ambiente. Yo creo que esos talleres me ayudaron un poco a comprender diferentes situaciones y el cómo poder solucionarlas sin tener problemas. Los talleres a mí me ayudaron un poco más a entender y reflexionar sobre mi sentido de la vida sobre cómo actuar. Yo digo que sí, porque gracias a estos talleres me hacen pensar en cómo actué frente a las diversas situaciones que pude haber vivido. De cierta manera sí me ayudaron pero me hicieron acordar de muchas cosas que viví en el pasado y que aún sigo viviendo. Yo creo que sí por que nos enseñan las situaciones de violencia y de conflictos de bullying y cómo podemos hacer al respecto. En este tiempo me ha ayudado a pensar en diferentes situaciones que en mi corta vida pasé y ahora ya medio sabiendo. Sí, me hizo caer en cuenta de muchas cosas.

si por que nos ayuda a pensar nuestros actos antes de actuar reflexionar sobre el problema y buscar soluciones sin tener problemas. si porque uno ve las cosas desde un punto de vista más crítica y analiza las situaciones que se presentan en la vida o en el entorno. Si, porque estos talleres me ayudaron a mirar una situación desde distintos puntos de vista y no solamente quedarme en uno. La verdad es que sí por que logré reflexionar mucho en la última actividad que nos puso a hacer ya que nos pegamos a las situaciones. Si, porque nos ayuda a mejorar nuestra forma de expresarnos frente a situaciones de conflicto en la clase de educación física. si, porque en los talleres nos ayudan a reflexionar sobre situaciones que pueden afectar a nuestro entorno de manera negativa. si, me ayudaron a reflexionar sobre cosas que han pasado en mi vida y me ayudaron a ver que todos tenemos diferentes experiencias. Sí, creo que los talleres me ayudaron a pensar mejor, reflexionar y analizar las cosas de manera más crítica. Esto se debe a que. Si me ayudaron porque eh pasado por problemas similares y eh reaccionado de mejor manera. si por que me ayudan a tomar una decisión con alguna situación crítica.

Si ya que me asestar en una situación donde hay que actuar como una persona reflexiva. Siento que esto nos hace reflexionar, pensar mejor las cosas para no causar ningún tipo de problema y causar un ambiente positivo. Si, siento que son importantes ya que nos ayuda a pensar mejor y ayudar a escoger una solución en diferentes situaciones. Si, Porq Los talleres suelen ser una excelente oportunidad para aprender y desarrollar habilidades de pensamiento crítico. Me ayudaría a reflexionar en las partes de los conflictos que no siempre se resuelve a lo impulsivo. Se puede dialogar y llegar a un acuerdo. Sí, creo que los talleres me ayudaron a pensar mejor, reflexionar y analizar las cosas de manera más crítica. Esto se debe a que. Si porque analizamos diferentes contextos de la vida cotidiana, en los cuales aprendemos situaciones como el bullying. los talleres nos ayudaron con la unión y integración del curso con la educación física y pensar en equipo para realizar actividades. claro de diferente manera pero pues es común para reflexionar de cada punto de vista o de diferente manera de pensar. Si, porque dan a entender situaciones diferentes a diario en la vida que podemos confrontar, nos ayuda a reflexionar y actuar de manera adecuada. Los talleres realizados me sirvieron mucho para comprender más sobre los conflictos y aprender a solucionarlos de manera adecuada. Sí, porque estos talleres me ayudaron a darme cuenta de que la gran mayoría de personas somos muy superficiales. los talleres me ayudaron a pensar mejor, reflexionar y analizar las cosas de manera más crítica, y también eran muy divertidos. Considero que sí, debido a que las situaciones son muy asimiladas a la mayoría de los adolescentes como nosotros, ca

uedo enfrentar durante mis actividades de educación física y en como suelo reaccionar y expresarme a mis compañer
riendo en el presente que no quiero recordar, pero hubieron muchos momentos de risa que ayudaron a que cambiara l

ecesidad de un conflicto o una discusión en esos casos nos ayuda el taller a pensar y analizar sobre cosas que nos pu

cosas en el cuerpo de algo que no me gusta o de tipo de violencia y ta después me pegaron cosas positivas y me hic

negativa y por mi parte me hizo ser más consiente de mi alrededor y observar más detalladamente problemáticas que
as historias de vida difíciles o fáciles pero hacen parte de como somos y también me ayudaron a ver mas con la realid
debe a que los talleres ofrecieron espacios de diálogo, intercambio de ideas y análisis de diferentes perspectivas. Al tr

ítico. Al interactuar con otros, compartir ideas y recibir retroalimentación, puedes ver las cosas desde diferentes perspe

g, el acoso y eso nos hace pensar en como podemos resolver esos problemas que se han vuelto bastante cotidianos y

de cada uno ya q pues no todos tenemos los mismos puntos de vista a una situación pero si la verdad si me sirvió a pe
y dar una perspectiva diferente sobre cada situación, una mirada más critica y opiniones diferentes. Analizando mejor l

por no querer invertir tiempo en cosas que probablemente nos ayuden en un futuro ,y que solo hacemos cosas por ha
invertidos las actividades que nos podia el profe hasta descubri mi talento para actuar,ademas esta actividades me ayu
da sesión nos ayudo a identificar una problemática y una solución para cada una de ellas, una distinta perspectiva de l

ieron sentir mejor y en la otras actividades fueron muy interactivas y me gustaron demasiado por que pude pensar mejor como

abajar en grupo, escuchar opiniones distintas y debatir temas relevantes, aprendí a cuestionar mis propias creencias, a susten

nsar de cada cosa de lo que explicada el docente Raúl y a experimentar mas opciones y a tener mas mente abierta para las s
las cosas y no ser espontáneos, si no pensar mejor, reflexionar y saber como actuar ante cada situación y dar otros puntos de

icerlas, que por esto podemos perder grandes oportunidades y mejoras en nuestra vida , también me ayudo a reflexionar en q
daron mucho con mi cambios de humor.En fin Los talleres fueron una experiencia muy positiva para mí, Me ayudaron a desar
o que es y lo que puede ser, sí analizamos las cosas de forma critica y actuamos de forma correcta.Gracias a estos talleres, p

ue aunque no lo creamos somos muy egoístas y que las personas hacen cosas por conveniencia o por aparentar algo que nc

› somos solo por aprobación , y lastimamos personas solo porque a nosotras no nos afecta ,en cuanto a la educación física pe

ara a mi es algo muy importante ya que esta nos ayuda a descubrirnos ,como nuestros gustos y habilidades , pienso que esta :

sería una gran ayuda psicológica para sentirnos bien y cómodos en nuestro entorno.