

ACTIVIDAD PRÁCTICA # 2

Tipo actividad: Diario de Reflexión Personal

Para la siguiente actividad es necesario un desarrollo en plataforma que le permita a los beneficiarios poder observar los siguientes casos para hacer un informe ejecutivo de máximo 2 páginas con un análisis reflexivo sobre la temática. Adicionalmente, en esta actividad debe contener un buzón que permita a los beneficiarios adjuntar la actividad desarrollada.

Objetivo: Fomentar la reflexión individual sobre experiencias personales relacionadas con la adaptabilidad.

Instrucciones:

Cada estudiante mantendrá un diario de reflexión durante una semana. Diariamente, anotarán situaciones donde hayan demostrado adaptabilidad en cualquier aspecto de sus vidas (personal, académico, profesional). Al final de la semana, escribirán una reflexión detallada sobre cómo la adaptabilidad impactó positivamente en esas situaciones y cualquier área que aún pueda mejorar. Opcional: Los estudiantes pueden compartir extractos de sus diarios en la próxima sesión sincrónica para discutir y aprender de las experiencias de los demás.

Beneficios:

- Promueve la autoconciencia y la autorreflexión.
- Destaca la aplicabilidad de la adaptabilidad en diversas áreas de la vida.
- Fomenta la comunicación y comprensión entre los estudiantes al compartir experiencias.