



## **1. Pensamientos y emociones de las actividades llevadas a cabo.**

Los pensamientos que surgieron fueron de expectativa, al planificar las actividades, sentí una mezcla de anticipación y responsabilidad. Sabía que cada detalle era importante para crear un ambiente seguro y propicio para el aprendizaje y la comunicación efectiva. Y como no tengo grupo fue algo que pienso que en cuanto tenga oportunidad lo estaré poniendo en práctica con ellos porque con mis hijos fue divertido y de muchos aprendizajes. Reflexioné sobre la importancia de la comunicación asertiva en mi rol como docente y cómo estas actividades podían ayudar a los estudiantes a expresarse mejor y a resolver conflictos de manera constructiva.

Pensé en el impacto a largo plazo de estas actividades en la vida de los estudiantes. Imaginé cómo las habilidades que estaban aprendiendo podrían beneficiarlos no solo en la escuela, sino también en sus relaciones personales y futuras carreras.

Las emociones que sentí fue una gran alegría al ver cómo participaban mis hijos sabiendo que colaboraban con mi tarea. Experimenté un profundo sentido de conexión y empatía al escuchar las experiencias y

emociones de trabajar juntos. Estas actividades me permitieron ver las cosas desde su perspectiva, fortaleciendo el vínculo entre nosotros.

Sentí orgullo por los logros de ver cómo aplicaban las habilidades de comunicación asertiva y resolución de conflictos en situaciones reales fue satisfactorio.

## 2. **¿De qué manera se promovió el desarrollo de la autoestima durante las actividades llevadas a cabo?**

Una de las actividades incluye recitar afirmaciones positivas, donde los participantes colocan las manos en su pecho y mencionan tres logros recientes. Esta práctica ayuda a reconocer y celebrar los logros personales, promoviendo una actitud positiva y reforzando la autoestima.

Al reflexionar sobre los logros y verbalizar afirmaciones, los participantes se motivan y las actividades están diseñadas para fomentar la autonomía emocional, la cual incluye la autoestima como un componente esencial. La autonomía emocional implica una autogestión efectiva que refuerza la capacidad de autoevaluarse positivamente y mantener una actitud proactiva frente a los desafíos, lo cual ayuda a los participantes a identificar y valorar sus fortalezas y áreas de mejora. Esta autoconciencia es fundamental para desarrollar una autoestima saludable..

## 3. Hoy tus alumnos/as reconocen qué es la autoestima y saben cómo trabajarla para desarrollarla ¿por qué?

Participar en juegos de roles y escenarios que simulan situaciones reales les ha ayudado a enfrentar desafíos y a encontrar maneras de responder de manera asertiva y positiva, reforzando su autoestima. Les ha permitido a los estudiantes autoevaluarse y tomar conciencia de sus fortalezas y áreas de mejora. Esta autoconciencia es fundamental para el desarrollo de una autoestima saludable.

Recibir feedback positivo sirvió para que vean el impacto de sus acciones y palabras, fortaleciendo su confianza y su percepción positiva de sí mismos.

Crear un ambiente de apoyo y respeto ha permitido a los estudiantes sentirse seguros para expresarse y valorar sus propias opiniones y sentimientos.

4. Describe para ti las actividades más significativas de este tercer módulo, y cómo hasta ahora las pones en práctica.

A mi lo que más me movió mis emociones fue el video de aprender a escuchar realmente me hizo sentir cuando llego a un espacio y son atendida escuchada y me prestan su atención.

De las actividades con la familia el del objeto dibujado de espaldas porque me permitió entender que las grandes diferencias o lo que puede hacer nacer un conflicto es porque no vemos lo que el otro vive en su realidad y al tratar de comprender el mensaje siempre se distorsiona de uno a otro por ello se debe comprender que no solo es oír sino estar en interacción tratando de entender lo que los demás ven, perciben y sienten

1. Evidencia fotográfica o en audio de las actividades realizadas y descripción de cada una.



video de  
actividad.mhtml



### Rúbrica PTP 3

Instrumento para evaluar PTP del módulo 3					
Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión					
	Insuficiente	Suficiente	Satisfactorio	Destacado	
Indicadores	1	3	4	5	Observaciones
Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales generados por las actividades realizadas.				●	
Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 3.			●		
Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 3.				●	
Integra evidencias gráficas y explicación de los ejercicios realizados en colectivo.			●		