

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

Durante las actividades realizadas de manera personal y con mi grupo, me generó pensar en las cualidades que tengo y de las cuales a veces no somos conscientes o nosotros mismos las demeritamos. Al realizar una introspección, puede darme cuenta de lo importante que es valorarnos y reconocernos capaces de lograr nuestras metas y objetivos.

Ya con anterioridad había puesto en práctica la actividad del regalo con alumnos de primaria, cuando los alumnos son pequeños, les cuesta un poco más comprender el significado de la autoestima, sin embargo, con la constancia en dichas actividades, se puedo ir logrando la asimilación de la misma.

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

En la actividad trébol de cuatro los alumnos fueron capaces de identificar sus redes de apoyo, saber que cuentan con el apoyo de sus padres cuando tienen alguna dificultad, saber que pueden acercarse a compañeros que le ayudan a entender un tema o con quien compartir algún secreto o adquirir un consejo. La autoestima se promovió al identificar y rescatar aquello en lo que ellos consideran que son capaces de ser y de lograr, en sus cualidades, en sus áreas de oportunidad y en aquello en lo que consideran que aún no han logrado o que les cuesta trabajo, como por ejemplo en la regulación de su conducta o en la responsabilidad para hacerse cargo de sus actos negativos y las consecuencias de los mismos.

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

Los alumnos entienden e identifican lo que es la autoestima y la importancia de la misma para un desarrollo personal y una salud física y mental saludable. Además, entienden

que la autoestima es indispensable para el logro de objetivos y metas propuestas, para tener buenas relaciones sociales, estar bien con el exterior, es decir, con todo aquello que los rodea.

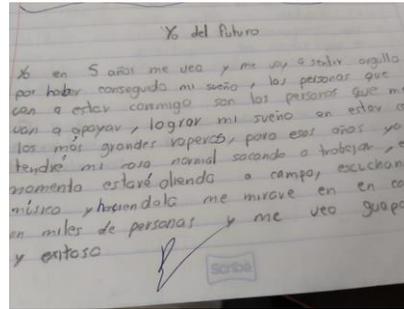
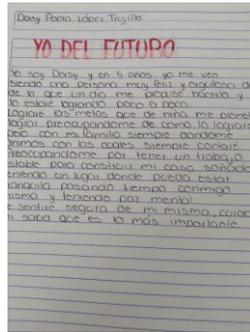
4. Describe para ti las actividades más significativas de este tercer módulo, y cómo hasta ahora las pones en práctica.

Con mi grupo realicé también la actividad de la carta al futuro, son un grupo de tercer grado de secundaria que está por egresar, por lo que leer sus cartas fue muy placentero ya que, la mayoría se encuentra muy motivado por su paso a la educación media superior, sin embargo, también pudieron externar el miedo y los nervios que les da el cambio de escuela, de actividades y darse cuenta que su vida tomará un giro de trescientos sesenta grados.

Estas actividades propuestas en el módulo cuatro han sido muy enriquecedoras y me gusta ponerlas en práctica especialmente para complementar la asignatura de formación, además de que ayudan como una especie de pausa activa en la que ellos pueden darse un tiempo para reflexionar, pensar – se y trabajar en su desarrollo personal y espiritual.

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

Carta al futuro: como lo comento arriba, fue enriquecedor y placentero realizar esta actividad y que los alumnos compartieran sus metas y objetivos a cinco años.



Mi trébol de cuatro: los alumnos formaron pequeños grupos para compartir las frases del recuadro en el que ellos dan prioridad y en los que consideran que poseen mayor capacidad y con los que se identifican. Así mismo identificaron aquellos aspectos en los que consideran que deben mejorar o modificar determinadas conductas que les impiden el desarrollo personal sano.



Un paseo por el bosque: al inicio de la actividad, a los alumnos les costó poder identificar sus cualidades, las cosas positivas que realizan y sus logros, sin embargo, al darles ejemplos y rescatando cualidades que yo identifico en ellos, pudieron ampliarlas y entonces darse cuenta de que realizan cosas que son muy valiosas tanto para ellos como para sus familias y las personas que los rodean. También pudieron ver aquellos logros obtenidos en la vida laboral, social y académica.



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DE GUANAJUATO

