

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

Los pensamientos que me invaden después de haber aplicado cada una de las actividades y de haber vivido las actividades del módulo, me dieron la oportunidad de reconocer cuanta autoestima tengo de mi persona y me di cuenta de que necesito trabajar más en esta área de mi vida, ya que cuando me suceden situaciones personales, tambaleo, dudo, siento que me reprimo para no equivocarme y no ser señalada por las personas que me rodean, incluyendo a mis alumnos. Al haber realizado las actividades de la rueda de la vida, obtuve de resultado que mi vida no esta equilibrada ya que tengo poco tiempo para atender mis aspectos personales como mi salud y mi ocio, así como el tema del dinero me preocupa y merma las relaciones que tengo en mi familia.

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

Al identificar con la actividad de la rueda de la vida, los aspectos que necesito mejorar de mi vida, me di cuenta de que mi auto estima no es muy buena, y que debo mejorarla, así que puse en practica la actividad de la carta al futuro y ahí escribí que me quiero ver: saludable, con mis habilidades socioemocionales aumentadas, con algunas metas profesionales cumplidas, tener un ahorro económico bueno y mejor relación con mi esposo y mi hija.

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

Después de ver el cortometraje: “Naturales”, me di cuenta de que como maestra es mi deber dejar un huella imborrable pero positiva en los alumnos que pasen por mi aula. Teniendo esto en mi mente, considero que cada una de las acciones que realice ante todo debo buscar que cada uno de mis alumnos, se acepte tal y como es, promover en ellos el autoconcepto para

que se den la importancia que se merecen y se amen tanto que no permitan que nadie los dañe ni los perjudique, que aprenda a tratar a los demás con respecto y con la dignidad humana que debemos prevalecer, ante todo. Por lo que mi trabajo es fortalecer en mis alumnos sus habilidades socioemocionales a través del ejemplo y de la practica en el aula y la vida fuera de ella. Esto no es sencillo ya que como humana también tengo dificultades para reponerme de situaciones difíciles, a veces tomo malas decisiones tomadas desde la ira o el coraje y esto ha afectado a las personas que me rodean, se que debo trabajar en mi autoestima y mi empatía con prudencia y madurez ya que mis alumnos pueden ser mi reflejo y eso es lo que debo cuidar ya que ellos serán quienes me dicten lo que se hace bien y lo que no.

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

Para mi las mas importantes fueron: La carta a tú yo del futuro, la rueda de la vida, tipos de liderazgo y la escalera de la retroalimentación, estas actividades me ayudaron a darme cuenta que mi autoestima no esta en el mejor momento y que como líder debo mejorar esta área para atender mis proyectos profesionales y personales, el tener tantas responsabilidades me he sentido agobiada y cansada, esto ha mermado la claridad en la toma de decisiones y que de una u otra forma cada una de estas decisiones si son buenas benefician a las personas que merodean y si no las perjudicara y esto incluye; familia, amigos, alumnos, etc.

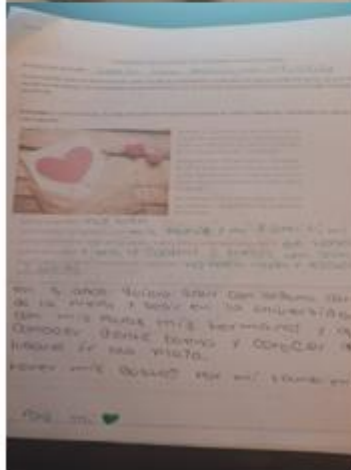
1. Evidencia fotográfica o en audio de las actividades realizadas y descripción de cada una.

Descripción de la actividad	Evidencia fotográfica de la actividad.
-----------------------------	--

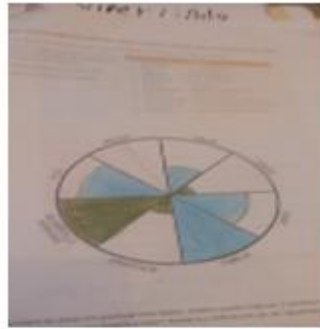
Actividad 1. Carta al futuro. En esta actividad primero les puse a los alumnos un video sobre el autoconcepto:

[¿CUENTO PARA TRABAJAR AUTOCONCEPTO!](#)
[- ACEPTANDO MI CUERPO](#) 
([youtube.com](https://www.youtube.com))

Enseguida se les entrego unas hojas con cada una de las actividades que se realizarían. La primera es: “La carta al futuro”, en la que los alumnos conversan sobre el autoconcepto y los aspectos de su vida que los completan y aquellos que hacen falta ara ser mejor personas, así que con las interrogantes que proporcionan, los alumnos escribieron su carta.



Actividad 2. La ruleta de la vida, en esta actividad los alumnos identifican los niveles de satisfacción que tienen en diferentes dimensiones de su vida: Amigos, Salud, Dinero, Amor, Ocio, Desarrollo personal, profesional, familia. Los alumnos debían identificar mediante una escala del 1 al 10 cual es este nivel de satisfacción y después realizar la ruleta(grafica), e iluminarla



Actividad 3. Mi trébol de cuatro, en esta actividad los alumnos leyeron cada una de las frases del diagrama y contestaron las preguntas de esta, poniendo énfasis en cada área: yo tengo, yo soy, yo estoy, yo puedo.

Actividad 2. Mi árbol de valores.

3. Deberán registrar cada una de las frases de los recuadros que se observan a continuación.

Frases	Recuadro
1. Respeto 2. Respeto 3. Respeto 4. Respeto	1. Respeto 2. Respeto 3. Respeto 4. Respeto
5. Respeto 6. Respeto 7. Respeto 8. Respeto	9. Respeto 10. Respeto 11. Respeto 12. Respeto

Al finalizar contestas con mucha honestidad y participa entre tu grupo con alguna de tus respuestas:

¿Qué opinan de las frases?

En su vida cotidiana, ¿priorizan algún recuadro? ¿Por qué?

¿Cuál recuadro es el que menos tienen presente?

¿Cómo podrían aprovecharlas en la escuela? ¿En casa? ¿En la calle?

Actividad 4. Un paseo por el bosque, en esta actividad los alumnos debían dibujar un árbol con sus raíces, tronco, ramas y frutos ara después realizar una caminata dentro del salón donde cada uno mostraría en su echo su árbol y detenernos a leer los siguiente:

En las raíces: mis cualidades.

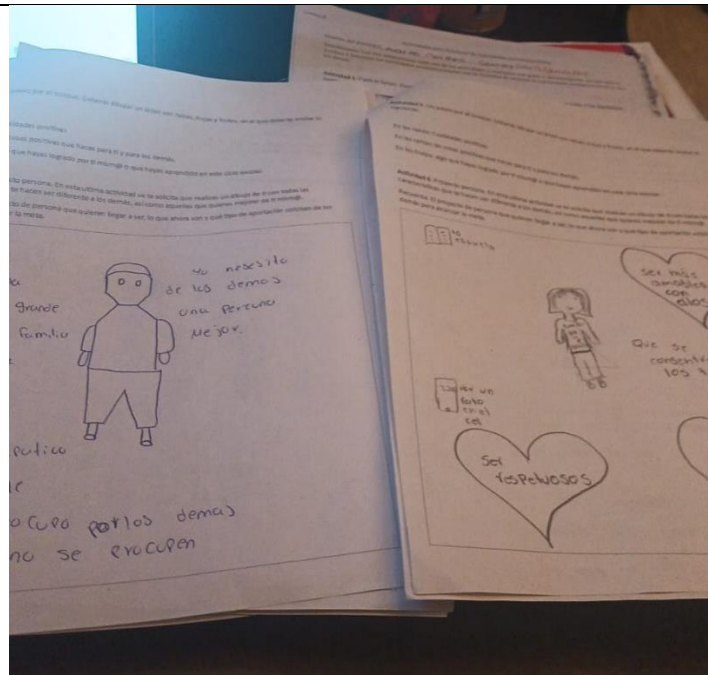
En las hojas: mis actitudes positivas y las cosas buenas que he hecho o los demás.

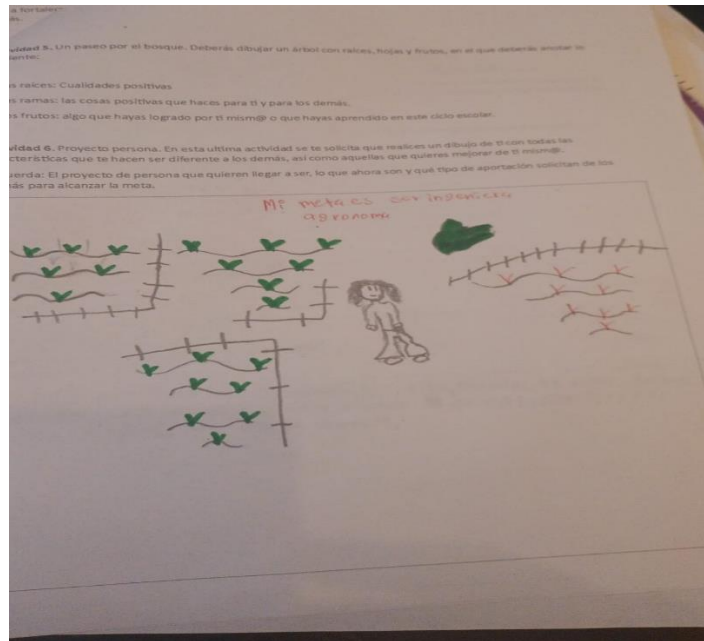
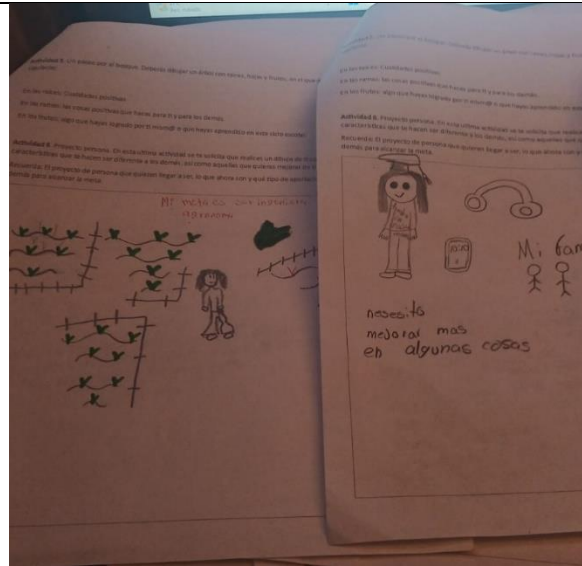
En los frutos: las metas o logros obtenidos, así como los aprendizajes nuevos.





Actividad 5. Proyecto persona, en esta actividad los alumnos debían realizar un dibujo de ellos mismos en el que especificaran sus características físicas, así como sus cualidades y sus gustos, lo que les hace falta de ellos y de otras personas para lograr sus metas.





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.					