

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

A esta altura y luego de haber realizado las actividades anteriores en lo que va del curso, se me hizo mucho más sencillo aplicar estas estrategias. Estaba contento, con mucho entusiasmo y feliz por aplicar este tipo de actividades, que se son de mucha utilidad para mis alumnos. Se que varios de ellos tienen dificultades para expresar sus emociones y sentimientos, y me dio mucho gusto ver como respondían a las actividades. De hecho, me sorprendió una alumna que es muy agresiva, en las evidencias esta su trabajo en color rosa, a ella le cuesta mucho socializar y normalmente contesta mal incluso a los maestros, y para mi sorpresa y admiración, esta vez estuvo muy receptiva y calmada, atenta a mis palabras, y termino muy animada al finalizar la sesión, y bueno yo, como un pavorreal por su actitud tan positiva.

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

Se promovió al enseñar a los estudiantes a expresar sus emociones y opiniones de manera clara y respetuosa. En un entorno donde los alumnos estaban constantemente aprendiendo a expresar sus pensamientos y emociones, enseñándoles a escuchar atentamente a sus compañeros y comprendiendo que hay diferentes perspectivas a las suyas, y a desarrollar un sentido de respeto hacia las opiniones y sentimientos de los demás. Algunos alumnos leyeron en voz alta su trabajo, y al terminar de leer sus compañeros aplaudían reconociendo su valor para expresar esos sentimientos, fortaleciendo con esto su autoestima y por lo que comentaban se sentían muy bien. Y con esto no solo promoví el desarrollo de su autoestima, sino que también con esto se fortalecieron sus habilidades comunicativas, y ayudo al fomento de un ambiente escolar inclusivo y respetuoso donde cada voz es valorada.

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

Estoy confiado en que ya entienden mucho mejor el concepto de autoestima, pero debo reconocer que tengo trabajo por hacer ya que a algunos de mis alumnos les cuesta trabajo reconocer sus emociones y como estas los benefician o afectan en determinado momento. Si creo que con las actividades realizadas ayude a que estuvieran más en contacto con sus emociones y a fortalecer el concepto de autoestima y como pueden ellos mismos ayudarse para estar y vivir mejor. Antes de cada sesión inicié con meditaciones, y les di consejos de como ellos pueden realizarla en su casa o en cualquier momento que así lo necesiten. Creo firmemente que los limites los ponemos nosotros y que cuando creemos en nosotros podemos lograr cualquier cosa que nos propongamos y es algo que siempre les digo a mis alumnos y se los estaré recordando siempre. Al inicio de cada sesión de educación física siempre les digo... Recuerda que tu tienes un potencial inmenso y el poder esta en ti, y cualquier reto que se te presente, tu puedes lograrlo, solo es cuestión de creer y confiar en ti mismo.

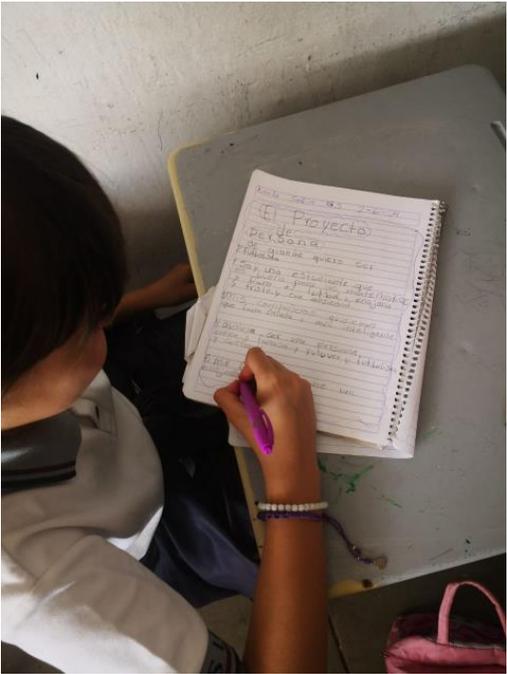
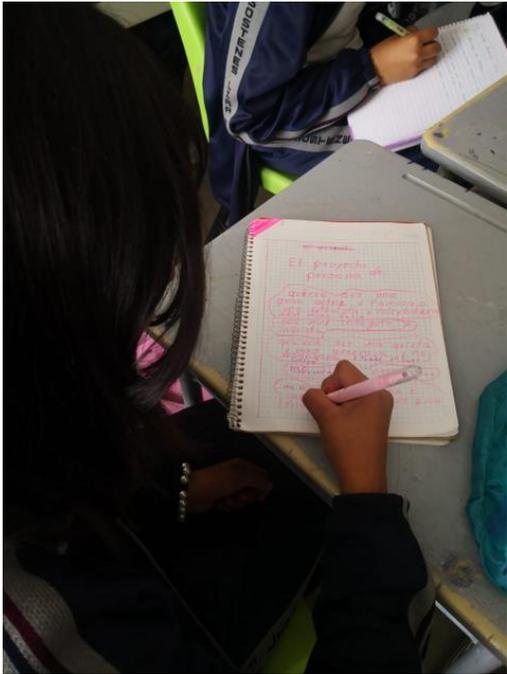
4. Describe para ti las actividades más significativas de este tercer módulo, y cómo hasta ahora las pones en práctica.

A parte de las actividades realizadas con mis alumnos me gustaron mucho las actividades de, “Gracias a la vida”, y “La rueda de la vida”, ya que me hicieron reflexionar mucho acerca de cómo estoy en varios aspectos de mi vida y en los que tengo que trabajar para estar mejor. También en como soy como persona y como docente, se que tengo que trabajar más en mi y eso me da gusto, por que es lo que me hace sentir vivo y con ganas de superarme día a día. Creo que la superación personal y emocional es algo que nunca debemos dejar de hacerlo. La vida es maravillosa y mas cuando reconocemos nuestras fortalezas y nuestras áreas de oportunidad. Así que agradezco mucho este tipo de talleres, son los que deberíamos de trabajar en cada consejo técnico, para centrarnos mas en lo humano y no en lo administrativo, somos seres sintientes y necesitamos ser vistos y escuchados. Y agradezco mucho la atención a los trabajos y al tiempo que dedica para revisarlos. ¡Muchas gracias!

Mtro. Daniel Castillo Rodríguez

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

EL PROYECTO DE PERSONA



MI TRÉBOL DE CUATRO



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.					