

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

Durante las actividades de "Mi Trébol de Cuatro", experimenté una variedad de pensamientos y emociones. Inicialmente, sentí curiosidad y entusiasmo por ver cómo los estudiantes reaccionarían a las actividades centradas en la autoestima. A medida que avanzábamos, me sentí gratificado/a al observar la participación activa y el interés de los estudiantes en explorar y reflexionar sobre sus fortalezas, logros y áreas de mejora. Hubo momentos de empatía y orgullo al ver cómo compartían sus experiencias personales y apoyaban a sus compañeros. En general, la experiencia fue muy positiva y enriquecedora, tanto para mí como para los estudiantes.

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

La autoestima se promovió a través de diversas estrategias y actividades diseñadas para ayudar a los estudiantes a reconocer y valorar sus propias cualidades y logros. Una de las actividades clave fue "Mi Trébol de Cuatro Hojas", donde cada hoja representaba una característica positiva o un logro personal. Los estudiantes completaron su trébol con atributos que les hacían sentir orgullosos y luego los compartieron con el grupo. Esto no solo les permitió reflexionar sobre sus fortalezas, sino que también recibieron retroalimentación positiva de sus compañeros. Además, se realizaron dinámicas de grupo que fomentaron la autoaceptación y la apreciación mutua, fortaleciendo así la autoestima colectiva.

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

Sí, hoy mis alumnos/as reconocen qué es la autoestima y saben cómo trabajarla para desarrollarla. Esto se debe a que las actividades les proporcionaron una comprensión clara y

práctica de la importancia de la autoestima. Aprendieron que la autoestima se basa en la autoaceptación, el reconocimiento de las propias fortalezas y la capacidad de afrontar desafíos de manera positiva. A través de ejercicios de auto-reflexión y dinámicas grupales, comprendieron cómo pueden mejorar su autoestima practicando la autoafirmación, celebrando sus logros y aprendiendo a ser autocompasivos. La participación activa y el ambiente de apoyo durante las actividades también reforzaron estos conceptos.

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

Para mí, las actividades más significativas de este tercer módulo incluyeron el ejercicio "Mi Trébol de Cuatro Hojas" y las sesiones de retroalimentación positiva. En el ejercicio del trébol, cada estudiante identificó y escribió cuatro cualidades positivas o logros en cada hoja del trébol, lo que les ayudó a centrarse en sus fortalezas. Las sesiones de retroalimentación positiva, donde los estudiantes se dieron comentarios constructivos y alentadores entre sí, también fueron muy impactantes.

Hasta ahora, pongo en práctica lo aprendido al integrar ejercicios de auto-reflexión y retroalimentación positiva en el aula regularmente. Promuevo un ambiente en el que los estudiantes se sientan seguros para expresar sus sentimientos y compartir sus logros. También utilizo técnicas de reconocimiento y recompensa para celebrar los logros de los estudiantes y fomentar una cultura de apoyo mutuo y autoaprecio. Fuera del aula, aplico estos principios en mis interacciones personales, recordando la importancia de la autoafirmación y el reconocimiento de mis propias cualidades y logros.

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

Mitrebol de cuatro

¿Qué opinan de las frases? son muy verdaderas

En su vida cotidiana ¿Priorizan algun recuadro? ¿Por qué?

si, porque me identifico con esas frases

¿Cual recuadro es el que tienen menos presente?

Con ninguno

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

¿En la calle? de manera que las personas que me rodean se sientan seguras.

Que opinad de las frases son como para reflexionar de algunas cosas opino que son muy buenas

priorizan algun Recuadro

Si el de yo soy

porque por que no muy importante pero mi personalidad

Cual es el cuadro que menos tienen presente el de yo puedo

Como podrían aprovecharlos en la escuela como por una persona que admira y piden confía

En la casa como hablar sobre las cosas que me agustan

En la calle En personas que tengo confianza

Yo tengo

- Personas que me ponen límites para que aprenda a evitar peligros o problemas
- Personas que me ayudan cuando estoy enfermo
- en peligro o cuando necesito aprender
- Personas alrededor en quienes confío y quienes me quieren incondicionalmente

Yo estoy

- Dispuesta a responsabilizarme de mis actos
- Seguro de que todo saldra bien
- Triste, lo reconozco y lo expreso con la seguridad de encontrar apoyo

Yo soy

- Capaz de aprender lo que mis maestros me enseñan
- Feliz cuando hago algo bueno para los demás y los demuestro mi afecto

Yo puedo

- Buscar la manera de resolver mis problemas
- encontrar a alguien que me ayude cuando lo necesito
- controlarme cuando tengo ganas de hacer algo peligroso que no esta bien.

Andrea Palomino Macías

¿Qué opinan de los frases? Que están bien algunas pero todos pensamos y opinamos diferente

En su vida cotidiana, ¿priorizan algún recuadro?

¿Por qué? el "yo puedo"
porque para mí es más fácil

¿Cuál recuadro es el que menos tienen presente?
tal vez el "yo tengo"

¿Cómo podrían aprovecharlas en la escuela?
Aprendiendo de todo un poco tanto de lo malo como de lo bueno.

¿En la casa?
para estar con mis seres queridos

¿En la calle? para evitar peligros

"yo puedo"

- Buscar la manera de resolver mis problemas
- Buscar el momento apropiado para hablar con alguien o para actuar.
- Controlarme cuando tengo de hacer algo peligroso o que no está bien.

"yo tengo"

- personas alrededor en quienes confío y quienes me quieren incondicionalmente.

- personas que me ponen límites para que aprenda a evitar peligros o problemas.

- personas que me ayudan cuando estoy enfermo o en peligro o cuando necesito aprender.

"yo estoy"

- Dispuesta a responsabilizarme de mis actos

- Segura de que todo saldrá bien.

- Poder contar con compañeros que me apoyen

"yo soy"

- Feliz cuando hago algo bueno para los demás y les demuestro mi afecto

- capaz de aprender lo que mis maestros enseñan

- Una persona por la que los otros sienten admiración y cariño

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.					