

### **1. Pensamientos y emociones de las actividades realizadas**

Disfrute mucho realizar la actividad del futuro, esta actividad la había realizado con anterioridad con mis alumnos, les pongo un video que habla sobre el tema y los invito a ver la película de “Mi encuentro conmigo”, pero es la primera vez que la hago yo, sentí nostalgia, sentí incertidumbre, ganas de saber lo que realmente va a pasar, y por supuesto me llene de una motivación para salir adelante y cumplir esos planes que tengo para mí yo el futuro, tome conciencia de lo que involucra, hacer planes y cronogramas, para poder lograr todo lo que me proponga

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

En la actividad del espejo se logró mucho mejorar la autoestima, algunos alumnos mostraban un poco de miedo al no saber lo que había en la caja, pero con las preguntas de reflexión y verse ellos mismos, todo se transformó, se dibujaba una sonrisa en su cara. Al final la actividad compartimos sus sentimientos y todos se mostraron contentos y orgullosos de sí mismos

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

Si, con todas las actividades que realizamos, observo más seguridad en su comportamiento, son conscientes de que es algo que siempre se debe trabajar, que nunca deben olvidar lo que puede hacer, y en momentos malos saben que todo pasa, y la vida sigue si ellos logran una regulación y entendimiento de sus emociones

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

El futuro. Me puse metas, y planeé actividades para lograrlas, me siento entusiasmada en poder lograrlas

La rueda de la vida. En esta actividad no me salió una figura regular, tuve 2 picos, uno de ellos tal vez no depende mucho de mí, ya que se refiere a mi salud, me gustaría que fuera mejor, y me cuido, pero es un poco difícil de mejorarla, El otro pico fue en los amigos, ahí no he logrado una satisfacción, ya que para mí es algo muy importante y no he podido lograrlo, creo que este curso me ayudara mucho en este aspecto

Trabajando mi autoestima. Al responder las preguntas, hubo una que se me dificultó, y fue la de las cualidades, me cuesta mucho reconocerlas, tengo que trabajar en ello.

Entendiendo el liderazgo. Aquí simplemente diré que somos un ejemplo para nuestros alumnos, y por lo tanto debemos ser buenos líderes para ellos, en parte su éxito podría estar influenciado por lo que aprendan de nosotros

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



El proyecto de persona. Esta actividad la empecé previamente pidiéndoles que realizarán una línea de tiempo sobre ellos mismos, donde se pudieron dar cuenta de lo mucho que han logrado hasta ahora, posteriormente los invite a pensar en lo que quieren lograr mas adelante y que necesitan para lograrlo. Algunos se animaron a compartirlo en plenaria, y a todos se les pidió compartir su trabajo con su familia



El regalo. Esta actividad me dejo muchas satisfacciones. Ver su cara de satisfacción y emoción al darse cuenta que ellos mismos son su mayor regalo. Todos mostraron entusiasmo al momento de responder las preguntas y compartirlas con el grupo

