

Mtra. Montserrat Jasso Troncoso

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

En la primera actividad la mayoría de los alumnos se llevaron la sorpresa al ver su reflejo en el espejo, algunos de los alumnos describieron a la persona del espejo como guapa, guapo, inteligente, trabajador, pero también otros dieron descripciones como mal hijo, no le gusta trabajar y cualidades menos positivas.

Algunos dijeron que cambiarían lo malo por lo bueno, lo negativo por lo positivo, ser mas respetuosos, ponerse en el lugar de los demás. Algunos mencionaron que cada día harían el esfuerzo que esta en sus manos sin culparse por lo que no pueden hacer o no esta dentro de su control.

En la segunda actividad, al leer los alumnos las frases, en algunos tocaron fibras sensibles, se llenaron sus ojos de lagrimas y algunos hasta lloraron porque mencionaban que nunca se habían reconocido los valiosos que pueden llegar a ser y como se les olvida de todo lo que son capaces.

Algunos de ellos mencionaban que se sintieron triste porque rara vez han escuchado alguna frase para ellos, otros mencionaban que se sentían molestos con ellos mismos porque se les olvida recordarse todas las frases y algunos otros se sintieron triste ´porque las frases los llevan a recuerdos y a momentos que no pensaron recordar.

Los alumnos mencionaron que todos los recuadros son importantes pero que en realidad no priorizan alguno y están dispuestos a darle la importancia a cada uno porque ellos son importantes.

2. ¿De qué manera se promovió el desarrollo de la autoestima durante las actividades llevadas a cabo? Dando tiempos de calma y reconociendo sus cualidades y habilidades, sus características positivas y realzarlas en cada oportunidad, recordándoles lo importantes que son.

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

Si reconocen el significado de autoestima, y con las herramientas que se les ha brindado saben como desarrollarla y saben cómo recordar si se les llega a olvidar, mediante el agradecimiento y escribiendo notas importantes cada día, reconociéndose como lo que son en cada aspecto y faceta de su vida sin olvidar su valor sin importar las circunstancias que pueden atravesar.

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

Todas las actividades son importantes, pues cada una se puede incluir en diferentes momentos con diferentes propósitos sin dejar de lado el fomentar lo que hasta ahora han aprendido.

La actividad de respirar en calma es una de las mas importantes pues me ha aportado tranquilidad, focalización tanto en mi persona como a mis alumnos antes de realizar cualquier actividad, en especial aquellas que requieren el reconocimiento, autoconocimiento y autoestima.

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

1.- Para comenzar realizamos la respiración en calma.
 2.- Repasamos las reglas de participación
 3.- Los alumnos se acomodaron en grupos pequeños de 5 personas cada equipo, moviendo el mobiliario del aula de manera que tuviéramos espacio suficiente.
 4.- Realizamos la actividad
 El regalo
 Para esta actividad puedes usar una caja simulando un regalo y dentro de ella colocar un espejo. Menciona a tus estudiantes que dentro de esta caja se encuentra el contenido más hermoso y valioso que puedan imaginar.

 Puedes hacerles preguntas previas acerca de qué imaginan que contenga la caja o qué les gustaría que fuera. Reflexione con ellas y ellos acerca de las razones por las que es hermoso y valioso.
 Pasarán de uno en uno a observar el contenido de la caja, al mirarlo verán reflejo y no pueden decir de qué se trata hasta que todas/ todas hayan pasado.
 Una vez finalizada la ronda, observa qué hacen y ahora sí es momento de decir lo que vieron, y saber si reconocen que eso que miraron es lo más valioso que puede existir.
 Ahora que todos saben de qué se trata puedes pedirles que contesten las siguientes preguntas.
 • ¿Qué ves en el espejo?
 • ¿Cómo es la persona que te mira desde el espejo?
 • ¿Qué cosas buenas tiene esa persona?
 • ¿Qué cosas malas tiene quien te mira desde el espejo?
 • ¿Qué es lo que más te gusta de esa persona?
 • ¿Cambiarías algo de la persona del espejo? ¿Cómo lo harías?
 Para continuar, realizamos nuevamente la respiración en calma.
 Con música acústica continuamos con la siguiente actividad
 Mi trébol de cuatro
 Para esta actividad pedirás a tus estudiantes que repitan las frases de cada recuadro.
 Al finalizar pregunta:

- ¿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 la casa? ¿En la calle?

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 muestran por medio de su conducta, la manera correcta de proceder.
- Personas que quieren que aprenda a desenvolverme solo.
- Personas que me ayudan cuando estoy enfermo o en peligro o cuando necesito aprender

Yo soy

- Una persona por la que los otros sienten admiración y cariño.
- Feliz cuando hago algo bueno para los demás y les demuestro mi afecto.
- Respetuoso de mí mismo y del prójimo.
- Capaz de aprender lo que mis maestros me enseñan.
- Agradable y comunicativo con mis familiares y vecinos

Yo estoy

- Dispuesto a responsabilizarme de mis actos.
- Seguro de que todo saldrá bien.
- Triste, lo reconozco, y lo expreso con la seguridad de encontrar apoyo.
- Rodeado de compañeros que me aprecian.

Yo puedo

- Hablar sobre cosas que me asustan o me inquietan.
- Buscar la manera de resolver mis problemas.
- Controlarme cuando tengo ganas de hacer algo peligroso o que no está bien.
- Buscar el momento apropiado para hablar con alguien o para actuar.
- Encontrar a alguien que me ayude cuando lo necesito.
- Equivocarme y hacer travesuras sin perder el afecto de mis padres.
- Sentir afecto y expresarlo.



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.				X	
Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 3.				X	
Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 3.				X	
Integra evidencias gráficas y explicación de los ejercicios realizados en colectivo.				X	