



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

Fue un proceso de alegría, ansiedad, tristeza porque habíamos llegado al cierre de este bello taller en donde aprendimos a relajarnos a tomarle el gusto y la paciencia de poder encontrar la paz en medio de cualquier circunstancia. Fue lindo compartir entre nosotros el concepto que se tenía del concepto “AUTOESTIMA”. Saber que para tenerla debemos llenarnos de amor, cuidado y aprecio del valor que nos tenemos como ser humano.

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

Partiendo del respeto, de la escucha activa de valorar todas y cada una de las aportaciones en las sesiones. De estar en un estado de GRATITUD continuo y en conciencia de que todas y cada una de las cosas que nos pasan son consecuencias de nuestros pensamientos. Entonces es nuestra responsabilidad mantenernos positivos y si por alguna circunstancia se desbordaban a la parte contraria se buscó con respeto volverlos a un estado de conciencia positiva a través de la respiración.

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

La respuesta es Sí. La gran mayoría conocieron, reconocieron y adoptaron el concepto de autoestima en su forma de responder anteriormente y cuando comenzamos la sesión les pregunté y una chica en particular me respondió ...es la forma de darme mi lugar y elegir como quiero que me traten y las personas con las que quiero compartir....casi grito de alegría y de emoción al darme cuenta lo segura que compartió su respuesta en un tono bajo y afable. Así como también las formas en los que se están conduciendo con ellos y los demás.

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

Me reconozco como una mujer que sé lo que quiero y lo que no quiero en mi vida. Personas, circunstancias, comida y todo aquello que pueda rodear mi vida....después de 51 años de gran vida han venido muchísimos aprendizajes y todos ellos han sido buenos y malos y no elijo solo quedarme con los buenos les doy su espacio a los malos también ya que de ellos ha renacido el ser tan maravilloso que soy. Así que algunos actividades me llevaron a reconocer características de mi ser como la actividad 8. La escalera de la retroalimentación



del docente líder. Esta actividad la practico todos los días en algunas facetas e mi vida en mi Yo persona, mamá, amiga, docente.. La actividad 4. Trabajando mi autonomía emocional. Es increíble. Partiendo de mi estado de gratitud reconocí la persona tan bonita, alegre y valiosa que SOY. Actuando siempre en atender mis necesidades primordialmente con respeto y gratitud por los demás.

1.



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DE GUANAJUATO



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.					