



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

Las actividades realizadas en este proyecto me hicieron reflexionar sobre la importancia de reconocer las cualidades positivas que tienen todas las personas, empezando por uno mismo y posteriormente con nuestros alumnos.

Me siento contento de haber realizado cada una de las actividades, pues en lo personal me hizo recordar que hay proyectos personales y laborales que debemos tener presentes todo el tiempo. Si trabajamos en nuestro bienestar personal, seremos más felices. Si somos felices, tendremos mejores resultados en todos los espacios en los que trabajamos y participamos y como docentes, seremos un ejemplo y apoyo para todos nuestros alumnos. Si quiero que mis alumnos estén motivados por aprender, debo empezar por ser yo quien se muestre motivado por cada una de las cosas que realizó en mi vida cotidiana.

Con todas las actividades realizadas en este módulo, también me siento comprometido a seguir aprendiendo, a apoyar a mis alumnos, a mis compañeros y a mis familiares en el fortalecimiento de las competencias socioemocionales. Debo tener iniciativa para influir de manera positiva en los demás, para orientar a mis alumnos a que se valoren a sí mismos, que acepten todo lo que sienten, que lo expresen de la mejor manera posible y que ellos mismos apoyen a otros compañeros o adultos a hacer lo mismo.

Durante el desarrollo del curso, pensé en más de una ocasión, que el primer obstáculo para trabajar estos temas era tener alumnos que no ponían atención, que no mostraban interés en las actividades, también que hay que compañeros de trabajo que ellos mismo son los que de manera consciente o inconsciente guía a algunos alumnos de manera negativa, bajándoles la autoestima y teniendo poca confianza en ellos. Pero al final, este curso me ha permitido volver a tomar una pausa para reflexionar que, justamente por la existencia de estos alumnos y compañeros, es necesario trabajar la educación socioemocional de manera permanente. Estos alumnos y compañeros son los que más apoyo necesitan, aunque no son conscientes de ello. Me queda el reto y la obligación que tengo como docente de trabajar en el desarrollo

propio y de mis alumnos de las competencias socioemocionales de manera cotidiana, porque al igual que otras asignaturas académicas, lo que no se practica es probable que se olvide.

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

Durante cada una de las actividades realizadas, se enfatizaron las cualidades positivas de todos los alumnos.

En la mayoría de las actividades se pidió a los alumnos que leyeran o expresaran en voz alta las cosas buenas que tenían. Al principio los alumnos se notaban muy inseguros, les daba vergüenza expresar de manera oral y frente a sus compañeros sus cualidades positivas. Todo el tiempo se apoyó a los alumnos, se pidió a todo el grupo que tuviera respeto durante cada una de las participaciones.

En algunos momentos de la clase había alumnos que no querían participar. Cuando ocurrió esto, empezaba yo por decirles algo bueno que observaba en ellos, posteriormente daba la oportunidad a otros alumnos para que mencionaran cosas positivas de sus compañeros. Era grato ver cómo los alumnos de tener vergüenza por participar ahora estaban sonrojados por todas las cosas bonitas que les decían. Era un ejemplo claro de cómo aparecen y se manifiestan las emociones.

Al realizar la actividad del proyecto de persona, todos escribieron lo que querían ser en el futuro y cómo eran ahora. En este momento les enfatiqué que casi todos habían elegido profesiones para las que saben que son buenos, que eso es parte de sus cualidades positivas y que deben de esforzarse diariamente por cumplir sus sueños.

La mayoría de los alumnos mejoraron su autoestima y se notan más seguros para hablar frente a los demás.

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

Sí, la mayoría de los alumnos reconocen el significado de la autoestima. Saben que es importante el aceptarse como son, el tener seguridad para expresar lo que piensan cuando están con sus amigos y cuando trabajan en equipos dentro de cada uno de los campos formativos.

El día de ayer, viernes, les di libertad de que ellos solos organizaran un pequeño convivio para fin de ciclo, ya que mis alumnos están por concluir sus estudios de nivel secundaria. La consigna fue que se organizaran y a mí me contemplaran como un invitado al que solo le informarían qué se iba a hacer. Me dio gusto ver que hay alumnos con liderazgo para dirigir la reunión de manera positiva, también la mayoría de los alumnos expresaron lo que querían para comer, y esta vez solo hubo dos alumnos que mencionaron “Lo que quieran los demás” anteriormente casi la mitad decía eso al ver que no serían mayoría. Ahora hubo mayor cantidad de opciones. Me gustó que un alumno propuso su opción y que, aunque no gano, sí mencionó algo relacionado con que, por lo menos, ya todos sabíamos lo que le gustaba.

En el trabajo que se realiza en los campos formativos, este mes ha aumentado la diversidad de productos elaborados. Para mí esto es un ejemplo de la mejora en la autoestima y seguridad del grupo, también los he visto más sociables con alumnos de otros grados. Me da gusto ver cómo en su etapa de adolescentes, hasta jugando, se hacen llamadas de atención entre ellos mismos sobre cómo tratarse con respeto y comunicarse de manera asertiva.

Todo lo trabajado en este curso no solo ha aumentado la autoestima de mis alumnos, también la mía se ha elevado. Creo que ahora estoy más motivado para participar en las próximas reuniones de CTE de mi escuela. Debo proponer estas actividades pensando en mejorar la educación socioemocional de todos, la mía, la de los alumnos que transitan por mi escuela y hasta la de algunos compañeros.

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

De este módulo me gustaron más las siguientes actividades:

**Carta al futuro.** Esta actividad me permitió darme una pausa para reflexionar en que todo lo que estoy haciendo en el presente se verá reflejado en el futuro. Seleccionar las metas que quiero lograr a corto, mediano y largo plazo para esforzarme en su cumplimiento. Reflexionar

que no se puede hacer todo a la vez y que hay que ir avanzando poco a poco, siempre con una actitud positiva ante todas las circunstancias que se puedan presentar.

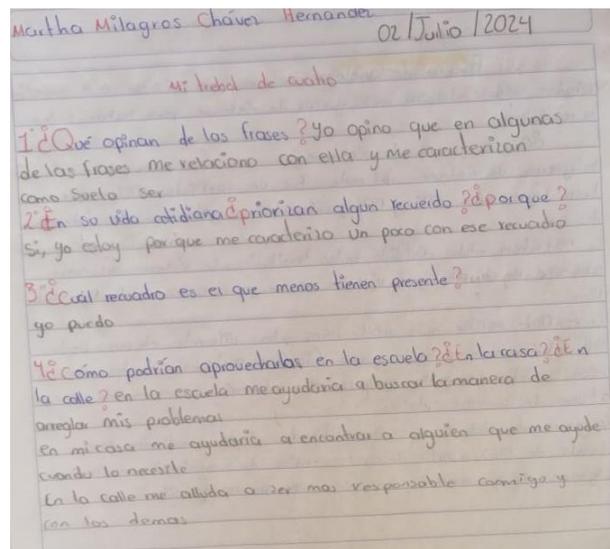
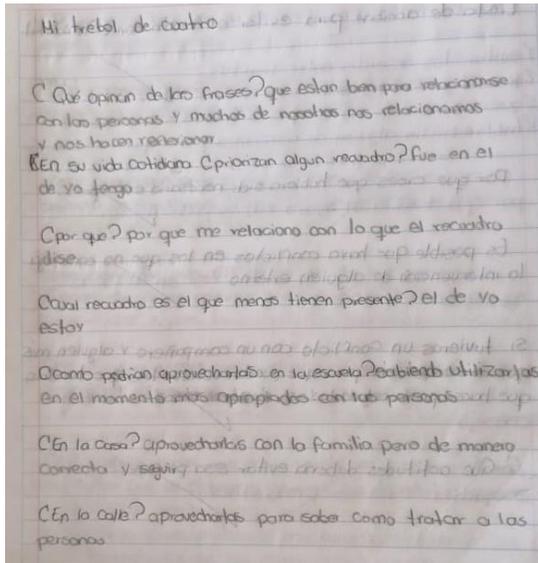
**Un paseo por el bosque.** En esta actividad di un poco más de tiempo a los alumnos para que la realizarán y me gustó porque hubo alumnos que aprendieron cosas nuevas de sus compañeros. Esto me hizo pensar a mí y a mis alumnos que muchas veces podemos convivir por mucho tiempo con un gran número de personas y aun así no terminamos de conocerlas. Analizar cómo la mayor parte del tiempo estamos más concentrados en sus defectos y errores, que no le damos la importancia que merece a todos los logros y éxitos que han tenido y que muchas veces son más que los fracasos. También de esta actividad fue muy rescatable llegar a conclusiones finales como el hecho de que el árbol de cada persona, desde luego que puede seguir creciendo y todos somos los responsables de que eso suceda.

**El proyecto de persona.** Esta actividad me gustó porque cada alumno describió lo que quería llegar a ser, lo que son y lo que necesitan de los demás. Es importante que los alumnos desde jóvenes tengan claro un proyecto de vida, un proyecto que puede tener adecuaciones y cambios conforme avanza el tiempo, pero es importante que los alumnos siempre tengan metas definidas que cumplir para que se esfuercen y trabajen en conseguirlas. De esta actividad rescato como la mayoría de los alumnos mencionan que requieren el apoyo de sus papás para lograr sus sueños. En la comunidad en la que trabajo, los adolescentes ya no tienen la misma supervisión y apoyo que los niños de preescolar y primaria, se les comienza a ver como pequeños adultos, muchas de las veces a los papas se les olvida que son adolescentes y es común escuchar a madres de familia decir que ellas y sus esposos darán estudios a sus hijos hasta donde ellos quieran (pero la mayoría de ellos se refieren solo al aspecto económico), creo que los adolescentes no quieren solo el apoyo económico de sus padres, quieren hablar más con ellos, platicar sobre sus amigos, sus gustos, sus intereses, sus inquietudes y obviamente cada una de las emociones que les genera todo eso. Entonces, gracias a esta actividad, tengo un punto más a tratar en la reunión de fin de ciclo y todas las que siguen el próximo. Concientizar también a padres de familia sobre la importancia de la educación socioemocional.

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

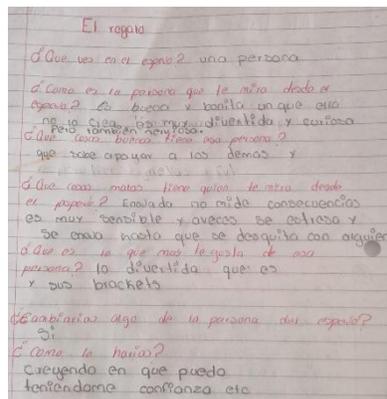
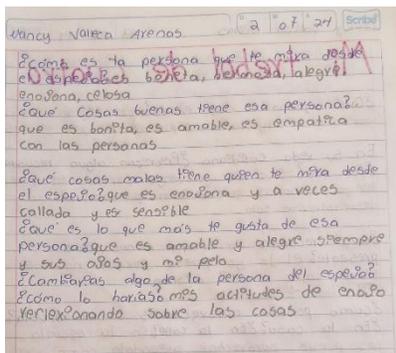
**ACTIVIDAD: MI TROBOL DE CUATRO.**

1. Se pidió a los alumnos que leyeran varias veces en voz alta los recuadros titulados: yo tengo, yo soy, yo estoy y yo puedo
2. Después se les pidió que respondieron a las preguntas que se proponían en el manual.
3. Al final se hicieron reflexiones sobre la importancia de reconocer cuál de los cuatro cuadrantes es el que menos tenemos presente, esto con el objetivo de que los cuatro estén atendidos de igual manera por todos nosotros.

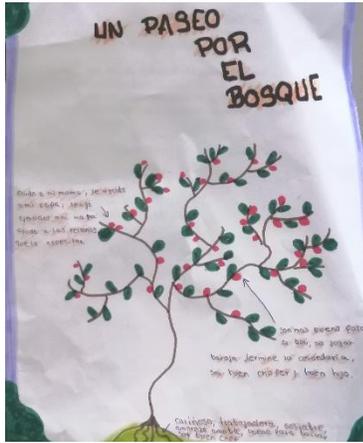


**ACTIVIDAD: EL REGALO**

1. Se realizó una recapitulación de los temas estudiados en este taller.
2. Cada alumno pasó al centro para abrir el regalo y darse cuenta que eran ellos.
3. Al final se hicieron reflexiones sobre la importancia de valorarse a sí mismos y tener presentes que el mejor regalo que podemos tener somos nosotros mismos con todas nuestras cualidades y defectos.



## ACTIVIDAD: UN PASEO 'POR EL BOSQUE'



1. Los alumnos dibujaron un árbol con los siguientes elementos:  
Raíces: En ella escribieron sus cualidades positivas.

Ramas: En ellas escribieron las cosas buenas que hacen.

Frutos: en ellos escribieron los logros y éxitos que han tenido.

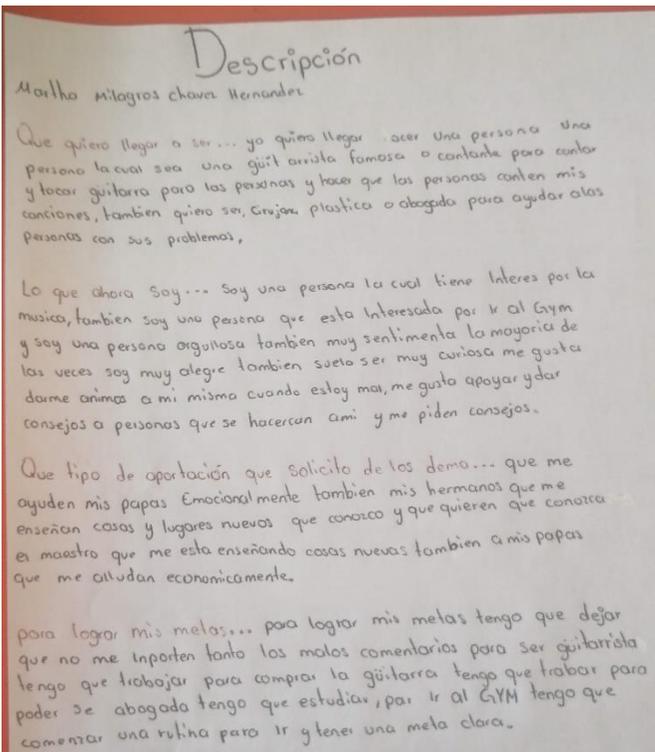
2. Después de elaborar los árboles los alumnos se levantaron para acercarse con sus compañeros y leer lo que había escrito cada uno.

3. Se dio un espacio para que los alumnos comentaran lo que habían descubierto de sus compañeros.

4. Finalmente, se estableció el compromiso de ser responsables para que ese árbol creciera más.



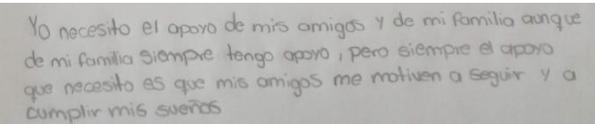
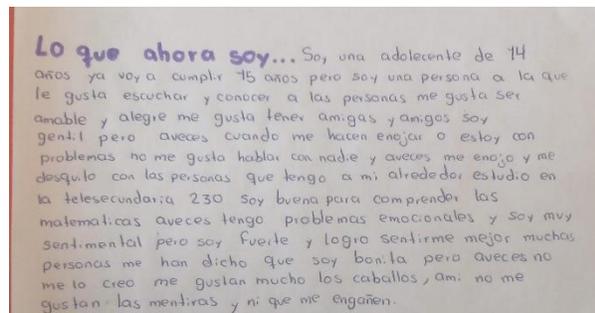
## ACTIVIDAD: EL PROYECTO DE PERSONA



1. Se hizo una recapitulación de lo trabajado estas semanas.

2. Se pidió a los alumnos que escribieran un texto en el que plasmaran lo que quieren llegar a ser, lo que son y las aportaciones que solicitan de los demás para alcanzar sus metas.

3. La actividad culminó pidiendo a los alumnos aportaciones sobre los compromisos necesarios para lograr cada uno de sus proyectos personales.



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
<b>Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales generados por las actividades realizadas.</b>					
<b>Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 3.</b>					
<b>Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 3.</b>					
<b>Integra evidencias gráficas y explicación de los ejercicios realizados en colectivo.</b>					