

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

Autoaceptación: cuando realizamos la actividad del regalo, mis alumnitos trataban de buscar eso tan especial que yo les había pedido que trataran de encontrar en el espejo. Al escuchar que lo bello y único que iban a encontrar eran ellos mismo, sus caritas se iluminaron y se llenaron de alegría al darse cuenta de que son personitas únicas y valiosas.

Autoestima: durante estas actividades realizadas en el salón de clases, mis alumnitos lograron identificar sus fortalezas y cosas buenas que los caracterizan, pero también lograron identificar los aspectos negativos en los que tienen que trabajar.

Alegría: una gran sonrisa fue el resultado de las dinámicas realizadas durante este modulo tres, trabajar en comunidades de aprendizaje permite incluir a todos en la realización de las actividades, es por ello que cuando se reunían para iniciar las actividades, mostraban una actitud alegre y positiva.

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

Durante las actividades que realice con mis alumnos en el salón de clases procure promover un ambiente inclusivo y tomando como referencia siempre la autoestima desde que adapté el entorno escolar con imágenes alusivas a los sentimientos y emociones, me apegue al contexto inmediato de mis alumnos con imágenes de la película “Intensamente 2” ya que es algo que les resulta familiar y es fácil que relaciones los personajes con lo estado de ánimo. Además, también, antes de iniciar con las dinámicas, ponía música tranquila y relajante y realizamos ejercicios de respiración. Considero que la actividad del regalo donde utilice un espejo permitió a mis alumnitos que lograran tener confianza en sí mismos, al verse, aceptarse y

valorarse tal como son, sentirse especiales e importantes para muchas personas fueron palabras que los llenaban de alegría.

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

Pienso que con las actividades que realice, mis alumnos conocen la definición del término de autoestima, pero, sobre todo, lograron hacerla parte de ella al verse, valorarse y reconocerse como personitas únicas, con características buenas y positivas, pero también con áreas de oportunidad en las que pueden trabajar día a día con apoyo de sus padres, seres queridos y maestros.

También se dieron cuenta de que es importante y necesario reconocerse como personitas importantes y valiosas para su familia y para muchas personas, que pueden hacer sentir bien a sus compañeros con gestos simples de reconocimiento y elogio, resaltando sus cualidades positivas y sobre todo poderlo expresar.

Creo que logre fomentar un ambiente de autoestima con un ambiente socioemocionalmente positivo; este término me fascino desde que lo leí en el primer modulo y desde que inicie con el trabajo de este curso, trate de que mi salón de clases sea eso, un ambiente en donde mis alumnitos quieran estar, donde se sintieran seguros y tranquilos, libres de expresar sus sentimientos y emociones y lograran aceptarse tal como son.

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

La actividad del regalo fue muy significativa para mis alumnos ya que, se inició con música relajante y ejercicios de respiración, después les dije que saldrían del salón para observa fijamente al espejo, que miraran bien a ver que veían, y que descubrieran lo hermoso que era ese regalo que estaba ahí, pero que solo lo iban a descubrir si observaban muy bien. Así que mis alumnitos salían de uno por uno y observaban cuidadosamente lo que estaba en el espejo. Después, les pregunte si habían visto el hermoso y perfecto regalo que estaba en el espejo, a lo cual contestaban que solo se veían a sí mismo. Fue en ese momento cuando les dije que ellos eran ese hermoso y perfecto regalo que eran para mí, para sus familias y para muchas personas, que de verdad se creyeran el hecho de que eran especiales

e irrepetibles y que así deberían aceptarse y quererse así mismos. Sus caritas se llenaban de asombro y alegría al sentirse tan elogiados y especiales.

Otra actividad que les gustó mucho y que resultó muy significativa para mis alumnos fue la de “un paseo por el bosque” pues primero dibujaron un árbol, después escribieron en las raíces sus cualidades positivas y en las frutitas del árbol escribieron los éxitos que han tenido. Al salir a caminar por el jardín y compartir lo que habían escrito en su árbol, los alumnos se mostraban seguros de expresar lo que habían escrito, pero, sobre todo, realizaban descripciones muy positivas y detalladas de su forma de ser y escuchaban con atención las opiniones de sus demás compañeros. Al final compartieron en plenaria los éxitos que han tenido y les dije que ese era solo el comienzo, pues con esfuerzo y dedicación podrían llenar su arbolito de tantas frutitas como ellos quisieran.



Mis alumnnitos pasaron de uno por uno para buscar lo hermoso y especial que podían encontrar en el espejo.



También realice la actividad con algunos de mis compañeros maestros, quienes también necesitamos sentirnos especiales y llenarnos de energía.



