

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

Dentro del aula de clases se están llevando a cabo diferentes actividades que tratan de lo relacionado a con el autoestima , se han realizado actividades que llevan a reflexionar de lo que harían en cada caso que se les presentó de manera positiva, se les hizo mucho énfasis en los errores que cometemos en la vida cuando nuestro estima esta muy dañado que en ves de ayudar empeoran las situaciones , tales como reacciones violentas, o conflictos que dañan su autoestima y por el contrario si se tiene un autoestima alto nos hace la vida más simple y a su vez tenemos un pensamiento más sano de nosotros mismos. Las emociones son consecuencias de los pensamientos y de las situaciones que vivimos día a día y que nos enfrentamos, es por ello que se trabajan continuamente de manera positiva, afectiva y concreta que lleve a los alumnos a controlar sus emociones y saber cómo enfrentarlas de manera asertiva, ya que de acuerdo a las emociones que experimente van adquiriendo su autoestima positivo o negativo de sí mismos..

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

Se promovió en diferentes aspectos realizados, principalmente propiciando el diálogo con respeto entre compañeros ya que esto hace que se perciba como una persona con valores y que a su vez este seguro de ser correspondido de la misma manera se comentó que deben expresar siempre lo que sienten sin herir los sentimientos de los otros compañeros. Se realizaron actividades en las que identificaron que tanto se conocen a sí mismos y como se respetan cuidando su cuerpo en su alimentación o en cuidar su salud.

Se implementaron actividades en el aula y en el patio de la escuela, como armar rompecabezas en equipos y el juego de dominó, en el cual se les hizo mucho hincapié que cada persona tiene diferentes habilidades y cualidades para realizar cosa y que deben apreciar y respetar lo que a cada uno de ellos tiene. Se comentó sobre la importancia del trabajo en equipo ya que la colaboración de todos para realizar cada una de las actividades era muy

importante. Se llegaron acuerdos de lo que se puede hacer en caso de tener una dificultad, entre ellos fue que deben expresar sus sentimientos y emociones siempre valorándose así mismos como una persona única y sin ofender a nadie, utilizar la respiración que ayuda a controlar sus emociones, siempre llegar acuerdos entre todos respetando las opiniones de cada integrante del equipo, cero discusiones solo comunicación asertiva, con esto se logró un buen ambiente escolar. experimentando una seguridad plena de sus decisiones tomadas, practicaron los valores principalmente el respeto, la tolerancia, la solidaridad, la empatía y la inclusión. Se obtuvo principalmente valorarse tal y como son con sus cualidades y defectos que se tienen como seres humanos que son.

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

Reconocen que es la autoestima, para ello quiero mencionar que se trata de la opinión que tenemos de nosotros mismos, de nuestro propio valor, basado en los sentimientos, pensamientos y experiencias en relación con nosotros mismos y creo que los alumnos experimentaron tener su propio valor al representar en un dibujo cómo son y lo que piensan de ellos mismos valorando sus cualidades, expresaron mucha seguridad de conocerse en cuanto a sus habilidades y cualidades que tienen, dejando las cosas negativas es decir los defectos que pueden tener como personas, practicaron los valores principalmente el respeto, la tolerancia, la solidaridad, la empatía y la inclusión. Se obtuvo principalmente valorarse tal y como son con sus cualidades y defectos que se tienen como seres humanos que son.

Reflexionaron también sobre ser más conscientes de sus conocimientos y destrezas, conocen más sus virtudes y sus defectos, se aceptaron ya que se consiguió que ellos se aceptaran tal y como son.

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

Se realizaron diferentes actividades, pero las que más llevaron a los alumnos a reflexionar y valorar su autoestima fueron las que expresaron en una imagen cómo son, escribiendo

alrededor de la imagen sus habilidades y cualidades que tienen dejando a un lado las cosas negativas. Después se intercambiaron las hojas entre compañeros con la finalidad de que otro compañero leyera sus cualidades y los demás adivinarán de que compañero se trataba. Les ayudó mucho a identificar que cada uno de ellos es único y que deben valorarse siempre como seres humanos que son viendo sus cualidades y no sus defectos. Toda la actividad se realizó con mucho respeto. Otra de las actividades fue el trabajar en equipos donde cada uno de ellos identificó cuáles son sus habilidades ya que se armó un rompecabezas y se jugó al dominó de figuras todos tenían que participar en su equipo se dieron cuenta de que algunos eran muy buenos en armar rompecabezas y otros en el dominó, al final se reflexionó sobre lo importante que es valores por lo que son y lo que pueden hacer.

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



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.					