

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

Primero realicé con mis alumnos una lluvia de ideas para saber sus conocimientos previos acerca de la resiliencia y llegamos a una definición que ellos plantearon: es una forma de enfrentar con valentía los retos que se presentan. Las emociones que los niños manifestaron fue de empatía, de agrado poder exteriorizar la manera en que pueden salir de una dificultad y mostraron alegría al participar en la actividad del trébol de cuatro hojas.

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

Se produjo de tal forma en que los alumnos reconocieron las fortalezas, virtudes y la confianza para resolver los retos se les presentan y no rendirse, puesto que de una dificultad se puede ser más fuerte de lo que uno piensa y de la capacidad que tienen para adaptarse a la adversidad.

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

Sí, ya que han sido conscientes de cómo manejar sus emociones, de externar lo que piensan y sienten, de ser empáticos con los demás. Han avanzado en la cuestión de sentirse bien como son y respetar las opiniones de los otros.

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

Trabajé con mis alumnos la actividad del trébol de cuatro hojas para superar los nuevos retos y dificultades que se presenten, abordaron los pasos del proceso para conseguir resiliencia:

1. Me relajo y afronto el problema con calma (Mindfulness).
2. Reconozco mis fortalezas, para poder emplearlas para superar las dificultades. (autoconocimiento).
3. Confío en mí mismo y en que puedo seguir en lo que me proponga con pensamientos positivos (autoconfianza).
4. Afronto la dificultad, de cara sin miedo y con el ánimo de repetir tantas veces como sea necesario hasta lograr mi objetivo, sin decaer, ni dejar que me llegue el desánimo. (tolerancia a la frustración).

La dinámica consistió en dibujar un trébol de cuatro hojas y en cada una anotar la información anterior. Por eso considero primordial seguir trabajando las actividades de autoestima y emociones, ya que éstas conllevan a mantener un equilibrio en el ambiente escolar y por ende en su casa también presentarlo.

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



Los alumnos escribieron en cada una de las hojas del trébol de qué manera llevaban a cabo la resiliencia.



Llegaron a la conclusión que ser resilientes los hace más valientes para no rendirse ante la adversidad.



Rendirse no es una opción, así nombraron su exposición final.

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.					