

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

Al implementar estas actividades en el aula de inteligencia emocional, autoestima y autoconocimiento. Ayudaron a mis alumnos a explorar y comprender sus emociones y metas personales, además fomentó las prácticas regulares de reflexión, como el uso de diarios personales o discusiones grupales sobre experiencias y emociones. Pero sobre todo observe que al crear un ambiente escolar seguro y de apoyo los estudiantes se sintieron cómodos y expresaron sus emociones y reflexionaron sobre sí mismos.

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

Ambiente Positivo y de Apoyo

Me aseguré de que el aula sea un lugar donde los estudiantes se sientan seguros y apoyados, libres de bullying o críticas destructivas y promoví un clima de respeto mutuo y aceptación de la diversidad.

Reconocimiento y Aliento

Reconocí los logros y esfuerzos de mis estudiantes de manera sincera y específica, enfocándote en sus fortalezas y celebré tanto los pequeños como los grandes logros, destacando el progreso y la mejora continua

Fomentar la Auto-Reflexión

Animé a los estudiantes a llevar diarios donde puedan reflexionar sobre sus logros, desafíos y emociones y facilité actividades de autoevaluación para que los alumnos puedan identificar sus propias fortalezas y áreas de mejora.

Participación y Responsabilidad

Ofrecí oportunidades para que mis alumnos asuman roles de liderazgo o responsabilidades en proyectos y permití que los alumnos participen en la toma de decisiones que afectan su aprendizaje y el ambiente del aula.

Fomentar la Colaboración

Organicé actividades que promuevan la colaboración y el trabajo en equipo, permitiendo a los estudiantes apoyarse mutuamente y les enseñé técnicas de resolución de conflictos para manejar desacuerdos de manera constructiva.

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

Sí, trabajar la autoestima con mis estudiantes es un proceso continuo que requiere atención y dedicación tanto por parte mía y como de los padres. Al aplicar estas estrategias, pueden ayudar a los alumnos a desarrollar una autoestima saludable que los preparará para enfrentar los desafíos de la vida con confianza y resiliencia.

Supieron como desarrollar la autoestima porque, Permitted a los estudiantes expresarse y experimentar un sentido de logro.

Ayudaron a los estudiantes a explorar diferentes aspectos de sí mismos y mejorar sus habilidades sociales.

Fomentaron la confianza en sus habilidades de comunicación y expresión.

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

Al realizar las actividades mis alumnos expresaron algunas cosas positivas de sus compañeros se sintieron emocionados al saber que esa habilidad la tenían y que eran reconocidas por sus compañeros y observe en sus rostros una gran sonrisa.

Las pongo en práctica de la siguiente manera:

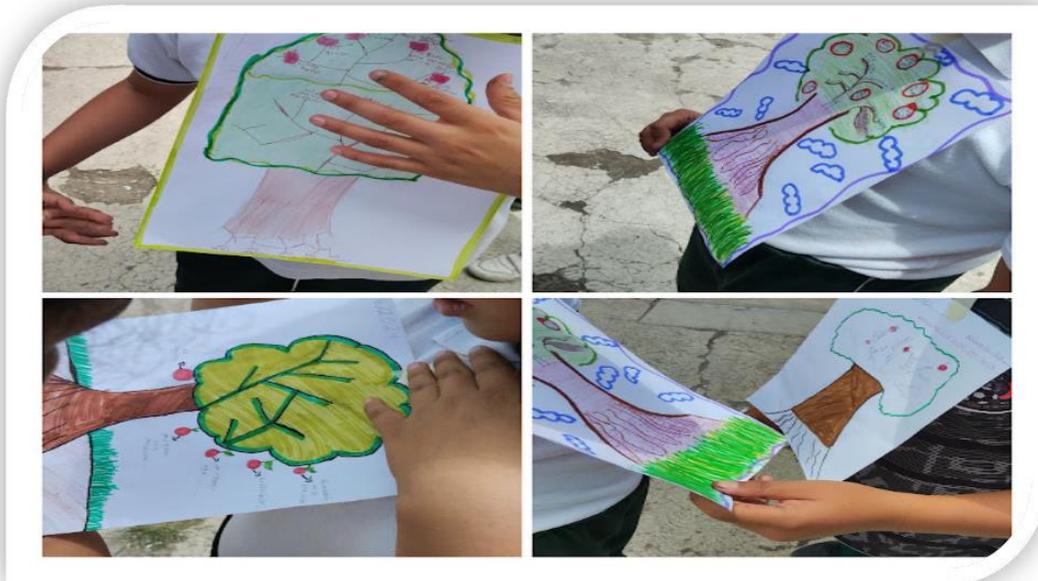
- Enseñar técnicas de resolución de conflictos para manejar desacuerdos de manera constructiva.
- Escuchar activamente a los estudiantes valida sus sentimientos y experiencias, mostrando empatía y comprensión.
- Compartir experiencias personales sobre cómo superar dificultades puede ser inspirador y educativo para los estudiantes.
- Asignar responsabilidades específicas a los estudiantes, permitiéndoles sentirse útiles y capaces.
- Ofrecer a los estudiantes oportunidades para asumir roles de liderazgo en el aula y en proyectos grupales.
- Implementar actividades que permitan a los estudiantes evaluarse a sí mismos y reconocer sus propias fortalezas y áreas de mejora.
- Ayudar a los estudiantes a establecer metas personales que sean realistas y alcanzables, fomentando un sentido de logro.

1. Evidencia fotográfica o en audio de las actividades realizadas y descripción de cada una. Un paseo por el bosque.

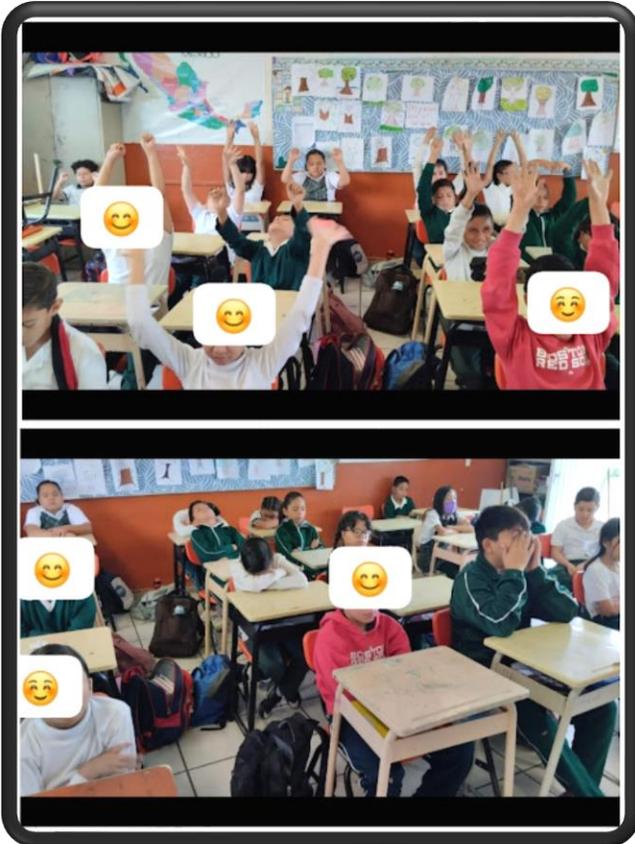


Esta actividad fue muy bonita porque mis alumnos reconocieron que el El autoconocimiento es el proceso de entenderse a uno mismo a un nivel profundo, incluyendo la percepción de las propias emociones, pensamientos, valores, creencias, fortalezas,

debilidades, y comportamientos. Es un componente clave del desarrollo personal y emocional, ya que permite a las personas comprender mejor quiénes son y cómo interactúan con el mundo que les rodea.



ACTIVIDAD EL REGALO.



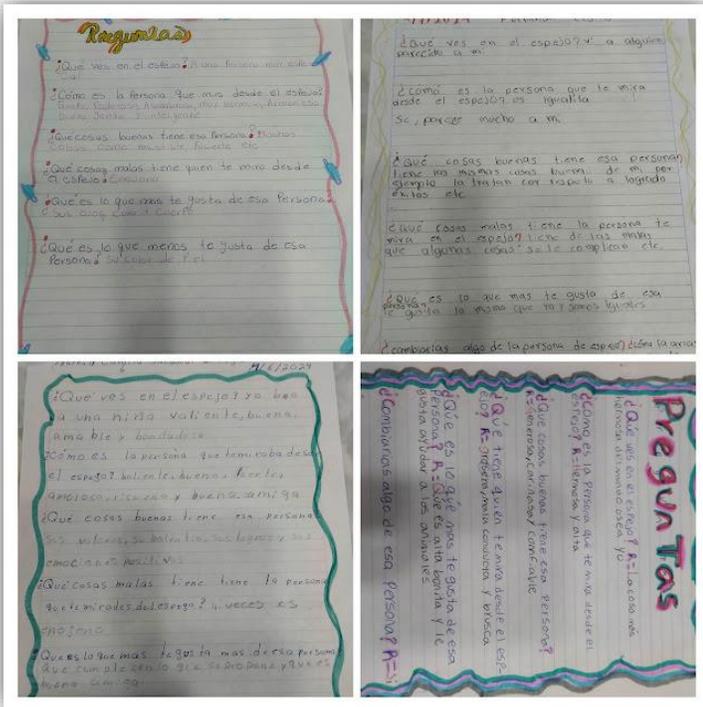
Antes de iniciar con la actividad primero realice una actividad de relajación. Implementar actividades de relajación en el entorno educativo puede tener un impacto positivo significativo en la vida de los estudiantes, ayudándolos a desarrollar habilidades importantes para su bienestar presente y futuro.

Las técnicas de relajación enseñan a los estudiantes habilidades para manejar situaciones estresantes, tanto en el ámbito escolar como en su vida cotidiana.





Después de la relajación realicé la actividad, fue impresionante ver sus caritas y la forma en como se expresaban al ver el regalo más maravilloso. Con esta actividad me di cuenta que mis alumnos se dieron cuenta de al identificar áreas de mejora, las personas pueden trabajar en ellas y crecer tanto personal como profesionalmente, con un mayor entendimiento de uno mismo, se puede interactuar con los demás de manera más auténtica y empática.



Para finalizar contestaron algunas preguntas donde ellos pudieron identificar y evaluar las propias habilidades, talentos y áreas de mejora. Esto incluye un reconocimiento realista de las propias capacidades y limitaciones.

X

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.				<input checked="" type="checkbox"/>	
Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 3.				<input checked="" type="checkbox"/>	
Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 3.				<input checked="" type="checkbox"/>	
Integra evidencias gráficas y explicación de los ejercicios realizados en colectivo.			<input checked="" type="checkbox"/>		