

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

Las actividades llevadas a cabo en este tercer modulo me hicieron reflexionar sobre mi autoestima y darme cuenta de que el tiempo y la atención que le dedico a los diferentes aspectos de la ruleta son muy mal divididos, ya que no estoy priorizando mi bienestar físico, emocional, familiar y social.

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

El desarrollo de la autoestima se promovió en el momento de reflexionar sobre las preguntas de las actividades, así como al realizar la carta, en el cual me di cuenta que tengo muy baja autoestima, que no valoro, ni cuido de mi persona, en todos los aspectos de ella. Y que es necesario hacerlo, poner de mi parte y trabajar en cada aspecto que me ayude y permita convertirme en esa persona que visualizo en 5 años.

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

Considero que en un cierto grado los alumnos reconocen que cumplir con pequeñas metas y objetivos les ayudan a sentirse bien con ellos mismos, así como considerarse como personas inteligentes, importantes y valiosas que pueden lograr todo lo que se propongan.

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

La actividad de la carta fue de un alto impacto positivo en mi persona, me permitió reflexionar hacia donde quiero llegar y que tengo que hacer para lograrlo, no quiero llegar a esos 5 años y lamentarme por el hubiera. Esta actividad me abre los ojos y me motiva a esforzarme y lograr todo lo que me proponga.

La actividad de la ruleta me permitió conocer que mis prioridades no están siendo atendidas por malgastar mi tiempo en actividades que no tienen ningún beneficio.

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



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DE GUANAJUATO

