

Maestra: Lourdes Gabriela Valdez Cejudo

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

Las actividades que realicé en el tercer módulo me sirvieron para reafirmar los conocimientos adquiridos anteriormente, disfruté mucho hacer los ejercicios de calma y agradecimiento propuestos en éste módulo, permitiéndome experimentar paz, tranquilidad, serenidad y por instantes desconectarme del exterior para conectar únicamente con mi ser.

La carta al futuro me llevó visualizar mi yo del futuro, me imaginé a la Gaby dentro de 5 años, con el favor de Dios ya jubilada, con mi hija ya encarrilada en su formación profesional, ambas plenas y felices.

En esta etapa del taller ya me sentí muy agobiada por tanto trabajo administrativo que tengo que realizar y el estar a la par realizando las actividades, de hecho en esta ocasión tengo que admitir que lejos de sentirme contenta si lo llegué a sentir como una carga, un compromiso ya adquirido que tenía que cumplir, fue complicado pero alcanzado.

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

Las actividades realizadas en este módulo sirvieron para desarrollar la autoestima de nosotros y de nuestros alumnos al momento de ponerlas en práctica, sobre todo las de botiquín. “Mi trébol de cuatro” nos permitió dar lectura a las afirmaciones, reflexionar en cuáles priorizamos, en las que tenemos menos presentes y como esta actividad la implementé en un grupo de 6° grado nos planteamos posibles estrategias que pudiéramos realizar para compensar aquello en lo que cada uno requiere fortalecer. La actividad de “El regalo” permitió realizar una bella reflexión al descubrir que el regalo más hermoso y valioso somos nosotros mismos, fue un cambio de chip para muchos de los alumnos que realizaron esta actividad.

La actividad de “Un paseo por el bosque” la aplicaré en la fase intensiva de CTE en los últimos días de julio, ya me coordiné con la directora para realizarla y estoy segura que será de gran motivación y sorpresa para las docentes recibir el reconocimiento de voz de sus compañeras al realizar un paseo por el bosque ;)

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

Empiezan a reconocer qué es la autoestima, como docentes tenemos mucho trabajo aún por realizar con ellos y con sus familias, porque al desconocer de estos temas son los primeros promotores en darles a sus hijos inseguridad o sembrar sentimientos de insuficiencia y eso siempre jugará en su contra.

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

Todas las actividades me gustaron mucho, pero las que reconozco que me brindaron mayores herramientas fue el análisis de la comunicación dragón, tortuga y pulgar arriba, todas las actividades de calma y las afirmaciones. De hecho, las afirmaciones las tengo anotadas en mi libreta para tenerlas presente siempre.

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

ACTIVIDAD: EL REGALO

Esta actividad la implementé en el grupo de 4ºA. Les expliqué que dentro de la caja se encontraba el regalo más hermoso y valioso que pudieran imaginar, registré en el pizarrón las respuestas a las preguntas ¿qué imaginan que contiene la caja? y ¿qué les gustaría que fuera?

Posteriormente empezaron uno a uno a abrir el regalo y sin comentar nada a sus compañeros regresaban a su lugar. Después de que todos observaron el regalo hicieron comentarios y a algunos les costó un poco de trabajo el reconocer que eso que miraron es lo más valioso que puede existir.

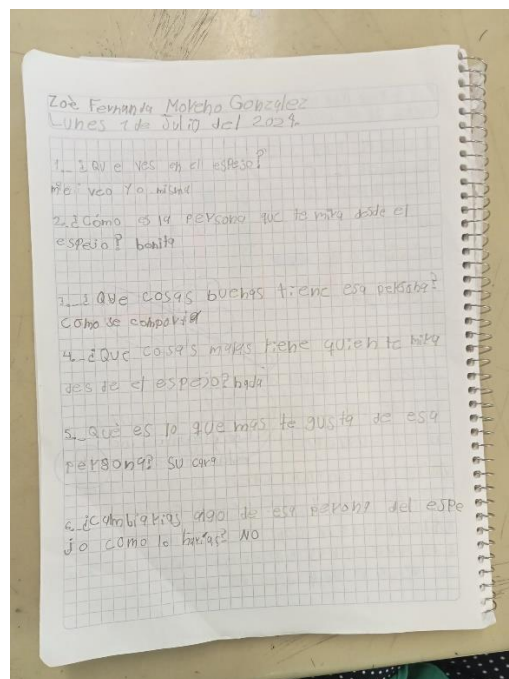
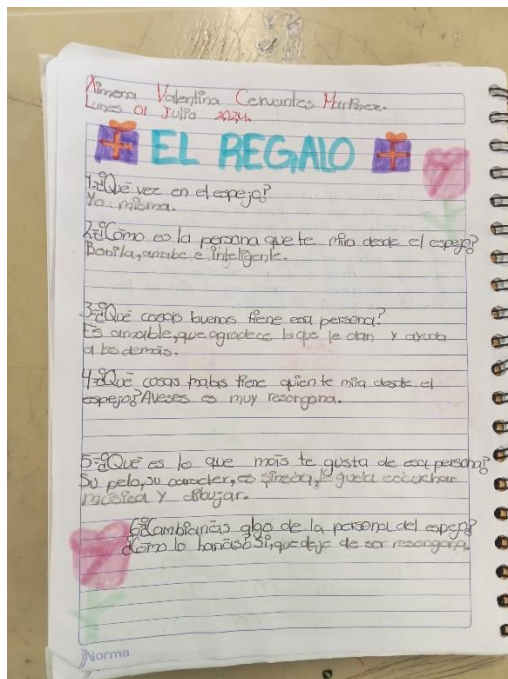
Al final respondieron las preguntas de manera personal, platicando de forma cercana con los que noté que requerían de mayor apoyo según sus respuestas.

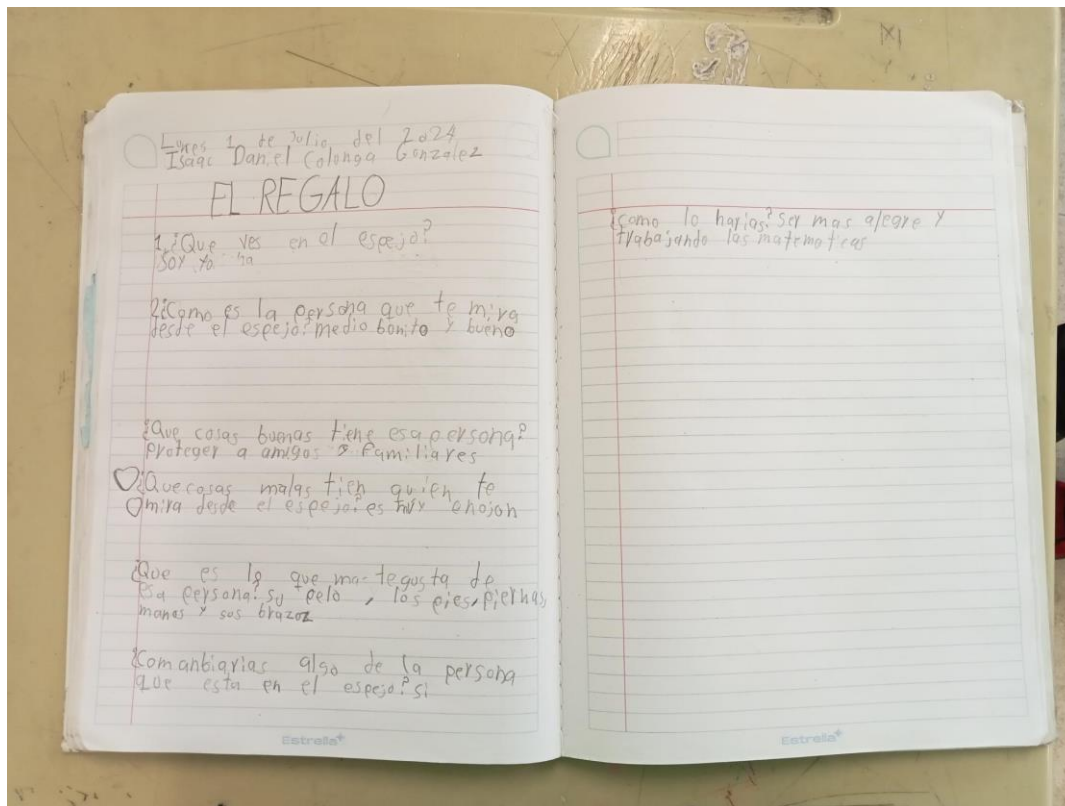
Fue una actividad que nos permitió, tanto a la maestra de grupo como a mí, tener más conocimiento y claridad sobre el nivel de autoestima de éstos alumnos.





Este trabajo sé que solo lo vera mi asesora por eso no borre rostros, porque quise compartir la carita del último niño de ésta serie de fotografías. Eso lo traduzco en misión cumplida.





Algunos cuadernos con el trabajo realizado, el nivel de franqueza de la edad y por la cercanía con la que me mantengo con este grupo fue un factor de gran importancia para que la actividad alcanzara el objetivo.

ACTIVIDAD: MI TREBOL DE CUATRO

Esta actividad la puse en práctica en el grupo de 6° A. Utilicé el proyector para compartirles la imagen de la página 114 de nuestro manual con los cuatro cuadrantes, les dimos lectura en voz alta y después provoqué la participación de los alumnos preguntándoles ¿qué opinaban de las frases?, si en su vida cotidiana priorizan algún recuadro, ¿cuál recuadro es el que menos tienen presente? y ¿cómo podrían aprovecharlas en la escuela, en la casa y en la calle? ... Yo aquí además los invite en una especie de lluvia de ideas a reflexionar en qué podríamos hacer en caso de notar que hay algún recuadro o afirmación en la que sintieran menos fortaleza ¿qué podrían hacer para sentirse más seguros?

Mientras yo realizaba la actividad sentí el interés y la participación activa de los alumnos, y ahora que reviso las fotografías que me hizo favor la maestra de grupo de tomar mientras yo me dedicaba a exponer el tema se puede apreciar en la primera fotografía la atención de todos los alumnos a lo que yo les decía y en la segunda se alcanza apreciar algunos alumnos levantando la mano para participar de la clase.



!!!!Mil gracias CONRUMBO por esta valiosa capacitación y sobre todo por la oportunidad de compartir con nuestros alumnos actividades que activaron herramientas para su desarrollo emocional!!!!