

- Pensamientos y emociones de las actividades llevadas a cabo.

Me gustó mucho realizar esta última actividad un paseo por el bosque, con mis niñas ya que para mi poder trabajar con ellas este tipo de actividades es muy gratificante al ver que reconocen sus cualidades, identificar entre ellas para que son buenas y sobre todo que logren reconocer sus grandes logros me llena de orgullo, me siento muy emocionada poner una granito de arena en ellas y poderla ayudar a subir su autoestima y sobre todo que ellas se sientan capaces de realizar lo que se propongan pero siempre teniendo claro que “nadie es mas que yo” y que “nadie es menos que yo”

- ¿De qué manera se promovió el desarrollo de la autoestima durante las actividades llevadas a cabo?
  - Al elogiar sus esfuerzos y logros les ayuda a sentirse valorados y motivados.
  - Fomentando un ambiente de apoyo: Crear un ambiente de clase donde se fomente la colaboración, el respeto y la aceptación ayuda a los alumnos a sentirse seguros y
  - Estableciendo metas alcanzables: Ayudar a los alumnos a establecer metas realistas y alcanzables les permite experimentar el éxito y fortalecer su autoestima.
  - Brindarles retroalimentación constructiva: Proporcionar retroalimentación positiva y constructiva ayuda a los alumnos a identificar sus fortalezas y áreas de mejora, fomentando su crecimiento personal.

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

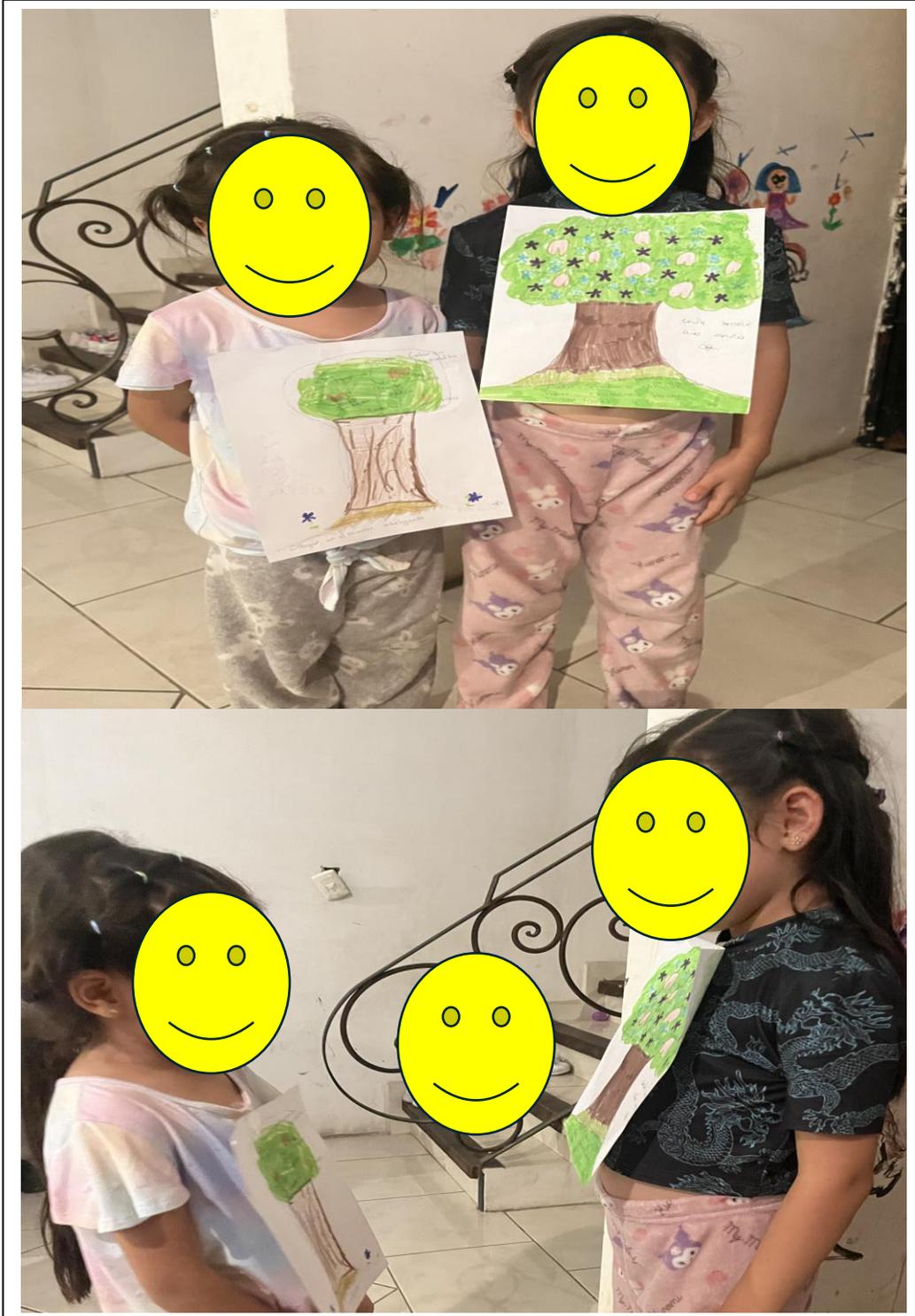
Considero que como docente es muy importante trabajar la autoestima, en el nivel preescolar es indispensable hacerlo con las alumnas y los alumnos, apoyarlos a dar la mejor de si todos los días e invitarlos a esforzarse diariamente en todo lo que hacen.

Reconozco que aun, siempre y en todo momento se deben poner en practica actividades que favorezcan la autoestima donde ellos la reconozcan, la vivan y compartan como es que se van sintiendo, para que con ello sepan como trabajarla y por qué. Tener buena autoestima nos ayuda a sentirnos mucho mejor con nosotros mismos y actuar como más motivación. Por lo tanto, una buena autoestima puede ayudarnos a conocernos, aceptarnos y aceptarnos tal y como somos. Aprender a adaptarnos a las circunstancias que nos rodean.

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

En mi opinión este taller me sirvió en muchos aspectos de mi persona, lo cual me permitió adquirir herramientas que me ayuden a practicar la salud emocional, a autorregularme, a practicar la calma, acciones que me permitan tener una comunicación asertiva con los que me rodean, y sobre todo a ser agradecido, a darme cuenta de lo que soy capaz de hacer, y a tomar un tiempo para respirar, escuchando música, atrayendo todo bueno y pidiendo por quienes mas lo necesitan. Es indispensable seguir poniendo estas y mas actividades en practica las cuales benefician nuestro ser interior y de esta manera poderlos compartir con nuestros alumnos, familiares, amigos es muy satisfactorio. Gracias por tanto y hasta la próxima.

1. Evidencia fotográfica o en audio de las actividades realizadas y descripción de cada una. Actividad paseo por el bosque donde mis hijas lograron identificar sus cualidades,





reconocieron, para que son buenas y que logros han obtenido y entre ellas lograron identificarlas, siendo de gran apoyo la actividad para trabajar la autoestima.