



Formato de PTP 3
Módulo 3
Margarita Arjona Polanco

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

Autorregulación: Reconocer el impacto del Yo interno y la autovaloración de su persona.

Autoestima: reconocer y aceptarse lo que ven, lo que reflejan y lo que a futuro trabajarán de su persona para beneficio propio.

Comunicación asertiva: conlleva el discernir con efectividad las propias decisiones y mejora la resolución de conflictos y el autocontrol de las emociones.

Limites saludables: Establecerlos permite desempeñarnos mejor en todos los ámbitos de nuestra vida y conocer los 3 tipos de comunicación, la pasiva, la agresiva y la asertiva para la toma de decisiones.

Regulación de emociones: se vuelven más conscientes de sus necesidades al gestionar sus emociones.

La humildad: de ser ellos mismos y aceptarse como son, con sus áreas de oportunidad y fortalezas, así como el de los demás respetarlos como son.

Motivación: sentirse motivado antes, durante y después de las actividades aplicadas.

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

La autoestima se promovió mediante actividades que fomentaron la motivación, el entusiasmo, la incertidumbre, la escucha activa, la observación de uno mismo (el autoconocimiento). En estas actividades se logró un ambiente de armoniosidad y confianza, a expresar las emociones positivas de uno mismo y saberlas identificar, la actitud positiva ante la vida y ser agradecido con uno mismo.

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

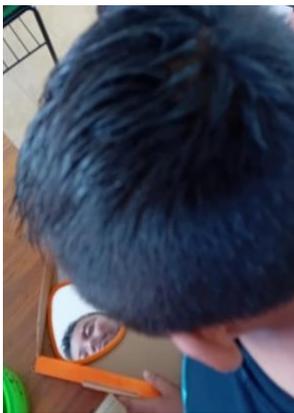
Sí reconocen la importancia de la autoestima pero con este tipo de actividades aplicadas pueden aún mejorarla más o sentirse aún más motivados para continuar fortaleciendo la autoestima. Los estudiantes notan que la autoestima hay que fortalecerla día con día para no bajar los ánimos y continuar esforzándose cada día más. De ser agradecido con uno mismo de lo que son, de lo que tienen y de lo quieren ser.

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

Las actividades propuestas son altamente significativas porque van más allá del desarrollo académico, contribuyen al desarrollo integral de los estudiantes como ciudadanos empáticos, así como van demostrando otros hábitos como la gratitud, el autoconocimiento de actitudes positivas entre estudiantes. Es difícil de elegir cuál actividad es más significativa, pero hay que motivar a los estudiantes para que asistan a la escuela todos los días, ya que un día que no vayan, es un día que no aprenden y expresar a otros nuestro sentir de manera asertiva, ya sea a nuestros compañeros y a los docentes, así también, fortalece las relaciones interpersonales siendo empáticos para una mejora sana de convivencia y armoniosa.

Me permite ser mejor educador, más empático y conectando con mis estudiantes y colegas. De ser un motivador a lo largo de su proceso de aprendizaje y aplicar las estrategias que favorezcan su autoestima.

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



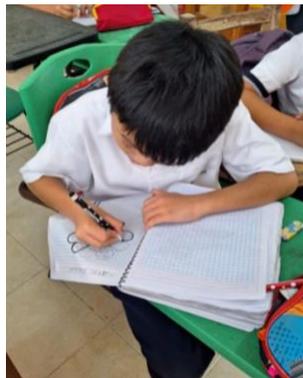
¿Ves lo más valioso?: TÚ

El Regalo



La sorpresa que me lleve al observarme.

Mi Trébol de Cuatro



Expresando mis emociones y sentimientos.

Rúbrica PTP 3

Instrumento para evaluar el PTP 3

EVIDENCIA:

INDICADORES	Insuficiente 10	Suficiente 15	Satisfactorio 20	Destacado 25
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 que los ejercicios realizados en colectivo.				