



## Formato de PTP 3 Módulo 3

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

Definitivamente las actividades de esta sesión fueron difíciles de realizar, reconocer desde pequeños las fortalezas y aspectos negativos que poseemos es complicado cuando no se viven con regularidad la experiencia de analizarse. Pensaba que complicado se me estaba haciendo la actividad, que requerían vivir más este tipo de actividades. Sentí desesperación cuando de repente no decían nada positivo o no lograban identificar sus cualidades; me dio tristeza cuando expresaban que les gustaría cambiar de color de ojos, cabello o de piel porque no les gusta el suyo, sin embargo, sentí gran alivio y alegría cuando, aunque hayan sido pocos, reconocieron qué cosas hacían mal y deberían mejorar y, mucha alegría cuando esos pocos expresaron que les había agradado su persona en el espejo, que eran amistosos, amorosos y que ayudaban a los demás.

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

Me di cuenta de que posiblemente mis niños no están acostumbrados a recibir halagos en casa, no son elogiados por alguna acción o actitud, que tal vez solo de mi boca escuchan sus talentos, sus fortalezas y que podemos modificar conductas. Por eso, como docente tengo la oportunidad de guiarlos al reconocimiento de sus virtudes, que sean capaces de valorarse un poco más. Me dio mucho gusto observar sus caritas cuando les decía que son inteligentes, amables, amistosos, valientes con sus respectivos ejemplos. Considero que se fueron a casa un poco más fortalecidos. En la actividad del bosque ya pudieron dibujar o escribir sus cualidades, cosas positivas que realizan y algún triunfo.

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

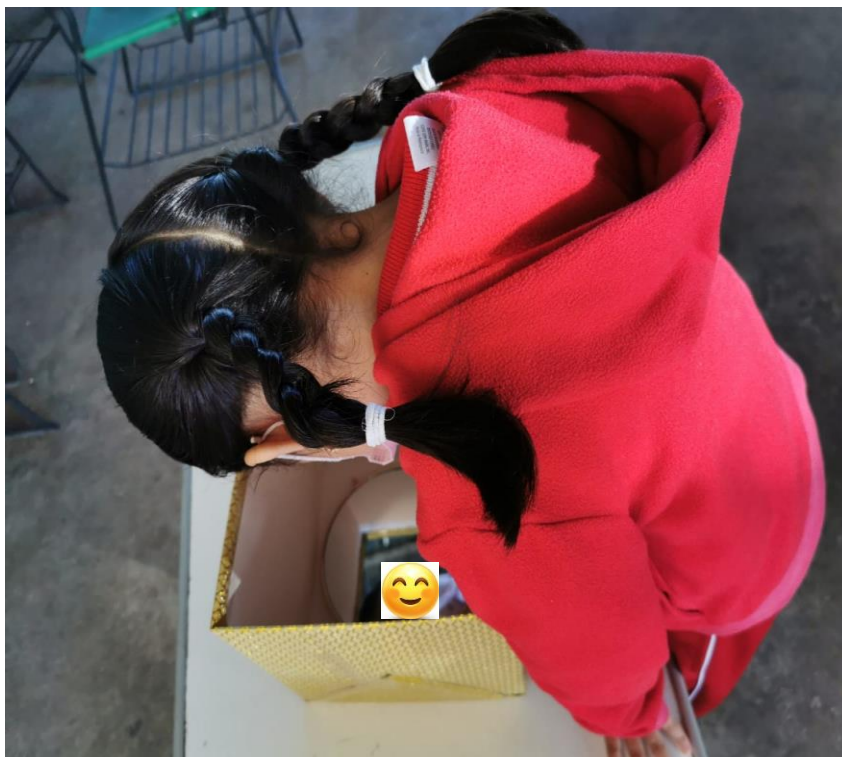
Hoy mis alumnos tuvieron la oportunidad de reconocer sus cualidades y aspectos a fortalecer o modificar. Considero nos falta trabajar más la autoestima, requiero implementar más actividades donde puedan darse cuenta de todo lo positivo que tienen e involucrar a los padres de familia para cultivar la autoestima de sus hijos.

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

Las más significativas fueron “La rueda de la vida” y “Trabajando mi autonomía emocional. Por lo general, estoy ocupando mi día a día en mejorar mi preparación y desempeño profesional, me ocupo de la familia, de mi pareja, de las actividades que me agradan como ver mi series de diversos temas y videos de mis artistas favoritos que no me había fijado que el aspecto de la amistad no la estoy desarrollando, es decir, tengo amistades y platicamos a través de llamadas o mensajes pero rara vez nos reunimos en vivo y considero que si es necesario esas pláticas de temas ajenos a lo que normalmente hago y requiero hallar un equilibrio. Aprovechando el mes tan bonito como es diciembre aprovecharé reuniones con mis amistades.

Otro aspecto esencial que pude analizar a través de la actividad de la autonomía emocional pues vengo fortaleciendo esta autonomía emocional, cómo reaccionar antes las diversas emociones que puedo experimentar tanto en mi vida personal como profesional, siento que he “crecido” pues logro “soltar” todo aquello que llega de manera mal intencionada, puedo enfrentar las situaciones difíciles con serenidad y “dormir con ellas”, puedo entablar una plática de “corazón a corazón” con mi familia, con mis alumnos y padres de familia y por ello me siento satisfecha, alegre y motivada. Estar en estos cursos que “tocan” el lado humano, que priorizan nuestro ser son esenciales, productivos porque muchas veces más allá del conocimiento lo que se necesita es un reconocimiento de sí mismo y una caricia al alma. ¡Gracias por darnos la oportunidad de seguir conociéndonos, de crecer y dar lo mejor!

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



Pensaron que dentro la caja había una Tablet, galletas, celular e incluso un perrito. Cuando pasaron se sorprendieron de lo hallado. Reconocieron que el regalo era ellos mismos, pero se les dificultó reconocer todo lo positivo en ellos.





Reconocieron sus cualidades, acciones positivas y logros como leer, contar los números.



### 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 de los ejercicios realizados en colectivo.				