



Formato de PTP 3 Módulo 3

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

Me llevo gran reflexión como siempre de las actividades. En esta ocasión las cosas se aterrizan un poco más y considero que las actividades van enfocadas al docente, lo que es importante pues no podemos promover la mejora de la autoestima si no nos apreciamos, reconocemos y valoramos nosotros mismos como personas y como docentes al servicio de la comunidad. A veces pensamos que la autoestima solamente es sentirte “bien” contigo mismo sin embargo va más allá, es algo más profundo y complejo que implica varios aspectos.

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

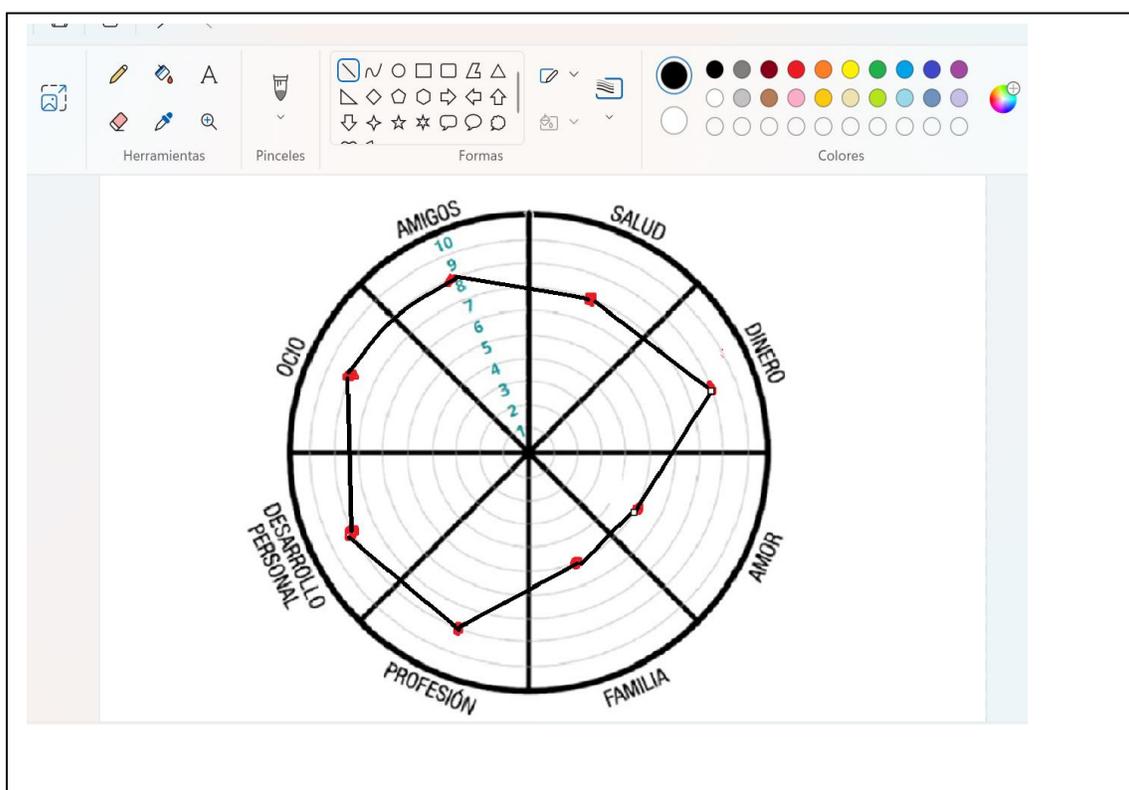
Las actividades promovieron totalmente la autoestima, primero haciéndote identificar como persona que aspectos de tu vida son los que te agradan y los aspectos en lo que te sientes insatisfecho. Como mencioné anteriormente, la autoestima no es sentirte “guapo” o “especial”, si no significa estar realmente satisfecho con lo que piensas, con lo que haces, dices y eres. A veces estas bien en algún aspecto de tu vida, pero otro aspecto (importante) te tiene insatisfecho y eso te resta seguridad o te afecta emocionalmente, impactando en la autoestima.

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

Reconocen que es la autoestima, cuentan con algunas estrategias para trabajarla sin embargo les hace falta comprender y apropiarse de la idea de que la autoestima es realmente importante para nuestro desarrollo personal.

4. Describe para ti las actividades más significativas de este tercer módulo, y cómo hasta ahora las pones en práctica.
Para mí la actividad más significativa fue “la rueda de la vida”, pues me hizo analizar aspectos que yo no consideraba que impactaban directamente en la autoestima. También, al analizarlos identifiqué que varios aspectos no estaban como deberían estar, y ahora estoy consciente de lo que debo de mejorar para lograr un equilibrio en la vida.

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



la mayoría de las actividades las realice a computadora. En esta ocasión no hice actividad con mis alumnos ya que estuve de incapacidad durante toda la semana. Esta actividad es la actividad que considero me fue de más utilidad, en la que se puede observar que no existe un equilibrio en todos los aspectos personales lo que afecta directamente lo autoestima, lo que me invito a reflexionar la manera de mejorar dichos aspectos para lograr un equilibrio.

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.				