



### Formato de PTP 3 Módulo 3

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

Las actividades seleccionadas fueron “el regalo” y “un paseo por el bosque”, para el desarrollo de las mismas se tuvieron que realizar algunos ajustes, ya que eran muy elevadas para la edad cronológica, mental y el nivel de comprensión de las alumnas, recordando que son niños de 2° de primaria de un CAM y que enfrentan diversas condiciones que interfieren en su aprendizaje. En un principio mis expectativas hacia el logro de la tarea, fueron altas y positivas; sin embargo, por primera vez, durante la implementación de las actividades del taller de “La autonomía emocional para la profesionalización docente”, sentí un poco de frustración, cuando miré que sólo asistieron dos alumnas del grupo con el que había planeado la actividad y que les costó mucho comprender la indicación; sin embargo, conforme fue pasando el tiempo las alumnas se involucraban en la tarea, observe en ellas un poco de confusión al mirar que dentro de la caja, el regalo era la oportunidad de descubrirse a sí mismas, ellas buscaban un objeto tangible o premio que pudieran obtener. Se les retroalimentó sobre la importancia de comprender que ellas mismas son el mejor y mas hermoso regalo que pueden tener y que el amor parte de ellas para poder compartirlo con las personas que les rodean; tuvieron complicaciones para describir aspectos de su personalidad que les agradan, por lo regular mencionaban aspectos físicos. No obstante, al cuestionarles si cambiarían algo de ellas que no les gustara, me dio mucha alegría que expresaron frases como, “así me amo”, “no cambiaría nada de mí”; se concluyó la actividad con un abrazo grupal y reforzando ejemplos de la personalidad que forman parte de nuestro autoconcepto; así como, ser amables con nosotros nos abona en la formación de una buena autoestima. La segunda dinámica se llevó a cabo de la siguiente manera: los alumnos dibujaron un árbol, en las raíces escribieron las cosas positivas y en los frutos los logros obtenidos; posteriormente, cada una leyó en voz alta lo que había escrito mientras escuchaban una música de ambientación, las niñas

se enfocaron en la parte física; con el apoyo de las maestras de comunicación y aprendizaje, se pudo concluir la tarea, se le solicitó a las docentes que refirieran aspectos positivos de la personalidad que cada alumna había mostrado durante el tiempo de la atención, fue un momento emotivo y de mucho agradecimiento entre todos los participantes.

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

A través de la retroalimentación que se daba al concluir la actividad, en los ejemplos que se brindaban para explicar las instrucciones, en los elogios y la motivación que la especialista utilizaba para promover un ambiente positivo en el aula y la participación de las estudiantes en la dinámica; así como, cuando las maestras expresaban aspectos positivos de las alumnas, para que pudieran conocerse e identificar las características que otros observaban en ellas.

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

En un principio les costó mucho trabajo poder expresar conceptos positivos sobre su personalidad, con la motivación iban expresando su forma de ser, durante la retroalimentación de las dinámicas, se les compartió la importancia de conocerse, amarse, aceptar las características que las hacen únicas e irrepetibles a los demás, que todos somos valiosos y que las diferencias nos enriquecen como sociedad; de igual forma se les compartió que la manera como nos referimos a nosotros mismo pueden influir en nuestro autoconcepto y por ende en nuestra autoestima; ser amables con nosotros, hablarnos bonita, leer, hacer ejercicio, tomar agua y cuidar de la alimentación son algunos ejemplos que se comentaron para el autocuidado.

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

Las actividades más significativas para mí en este tercer módulo fueron:

- a) Gracias a la vida. Esta actividad me permitió recordar la importancia de que necesito estar bien yo, conocerme, cuidarme, hacer acciones para mejorar en los aspectos que representan un área de oportunidad como persona y en mi práctica docente; para que todo a mi alrededor fluya positivamente; entre las acciones que pongo en práctica todos los días, está el inventario diario, me dedico 5 minutos antes de dormir para recordar todo lo que hice durante día, soy consiente de las acciones positivas y aquellas en las que tengo que mejorar, busco como reparar los errores cometidos, me digo frente al espejo frases amables.
- b) Sugerencias de mejora para tu propio liderazgo: me reconozco como líder dentro de mi aula y en mi hogar, soy consiente que mi conducta y mi actuar dentro y fuera del aula, influye en mis alumnos y las personas que me rodean, practico la empatía, la humildad, el servicio y el respeto; en mi inventario diario, identifico en donde cometí errores y en qué necesito trabajar para hacerlo mejor cada día.

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



