



## Formato de PTP 3 Módulo 3

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

Desde un principio, las actividades planteadas para llevar a cabo con el grupo han sido un reto y también satisfactorias al ver la disposición en la participación de mis alumnos en todo lo que se les propuso realizar. Emociones de confianza, entusiasmo, alegría, seguridad, de ver cómo respondían cada ejercicio puesto en marcha. Han sido y serán de experiencia y aprendizaje para ambos; las dos actividades permitieron conocerse más y mejor.

Como mencioné anteriormente, dejar un momento para que pueda haber un espacio para trabajar la parte emocional de mis alumnos, no ha sido pérdida de tiempo, sino que es ganancia, han construido nuevos aprendizajes, de valorarse y conocerse más, de conocer sus fortalezas y áreas de mejora.

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

Durante el desarrollo de las dos actividades realizadas nos comprometimos a mantener y preservar un ambiente de confianza y respeto, dadas las intervenciones que expresaban diversas opiniones e ideas de los alumnos, haciéndose conscientes de la importancia de valorar a cada uno, a pesar de no compartir la opinión expuesta. Entendiendo que todos tenemos valor en lo que decimos y hacemos, primero para nosotros mismos, y después para los demás.

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

Puesto que la autoestima es esa valoración positiva de uno mismo, mis alumnos se percatan y saben del valor que tienen, porque antes de ser alumnos, son niños, son personas que valen, se dan su valor y son valorados por los demás. Se cuidan, se sienten

bien con ellos mismos, tienen confianza en ellos mismos, se animan ellos mismos, reconocen y se sienten orgullosos de sus logros, se dan a respetar, hablan con claridad y seguridad, exigen sus derechos, argumentan cuando algo no les parece.

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

Definitivamente, y que siempre estaré llevando a la práctica es el ejercicio de la calma, de la gratitud y de las afirmaciones. Respecto a la primera, porque me ha permitido estar más tranquila, y dada alguna situación que se sale de control, permito darme ese tiempo para hacer respiraciones profundas, lo que me ayuda a estar más serena y consciente de lo que voy a decir y hacer. En relación a la segunda, porque no hay mejor forma de expresar lo que uno es, puede y tiene, que es agradeciendo, agradeciendo a Dios, a su creación, a las personas que forman parte de nuestra vida. Y, por último, no por ser menos importante, el consentirnos con palabras bonitas, de ánimo, motivación, ese diálogo que hacemos con nosotros mismos, de cultivarnos amor propio.

Agradezco infinitamente por este bello y enriquecedor curso.

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

### ACTIVIDAD 1: MI TREBOL DE CUATRO



Estuvo muy interesante e intrigante aplicar esta actividad. Fuimos leyendo cada recuadro y para cada uno de ellos, los alumnos compartían cuál era su fortaleza y cuál su área de oportunidad. En una de las frases que más coincidieron fue la de: *Yo tengo personas alrededor en quienes confío y quienes me quieren incondicionalmente.*

Estuvo muy enriquecedor, pues fueron analizando cada frase y opinaban, de hecho, algunos hasta cambiaron algunas palabras de las frases. Por ejemplo, un alumno me comentó respecto al recuadro de YO SOY, me dijo, en mi caso mtra. en lugar de decir que *Yo soy una persona por la que otros sienten admiración y cariño*, lo cambiaría por *Yo soy una persona que siente admiración y cariño por otros.* Me sentí muy orgullosa de mi alumno, es una bella persona.

Al preguntarles sobre lo que pensaban respecto a las frases, me dijeron que por lo menos con una de ellas se sentían identificados y lo hacían parte de ellos. Me comentaron que para ellos los dos recuadros más importantes y que priorizarían porque retumbaban por la profundidad del significado de cada frase, eran los YO SOY Y YO PUEDO, que porque interiorizaba a su identidad. El menos presente fue el de YO ESTOY.

Este tipo de ejercicio es una guía que orienta y permite autoevaluarse, qué ha desarrollado y qué le falta o se le dificulta realizar al alumno y que pueda aplicar en todas las áreas y contextos o situaciones de su vida.



Antes de realizar ambas actividades, les agradecí a mis alumnos por ayudarme a poner en práctica lo que estaba aprendiendo en mi curso, ellos muy dispuestos a colaborar.

Al momento de decirles que iban a colorear, se alegraron mucho, se entusiasmaron de saber qué iban a hacer. Les expliqué que les iba a dar el dibujo de un árbol (para optimizar el tiempo) y que en las partes que les fuera indicando iban a escribir determinadas palabras o frases, según lo solicitado. En las raíces escribieron sus cualidades positivas, en las ramas, cosas positivas que hacen y en los frutos sus logros o éxitos.

Me sorprendió ver un grupo de alumnos escribir con seguridad y concentración sobre lo que son, y otro tanto pensando qué iban a redactar. Esa diferencia me hizo reflexionar y hacer esta conjetura al identificar, que no todos se conocen totalmente y algunos no sabían el nombre que debían poner a la descripción que me daban de lo que son.

Fue muy placentero el desarrollo de la actividad, entre ellos comentaban sobre las cualidades que compartían y con las que diferían, pero que al final, esas diferencias y diversidad de cualidades, habilidades, formas de ser, pensar y actuar son las que enriquecían a las comunidades. Lo importante será aceptarnos todos, respetarnos y conocer nuestro valor.

### Instrumento para evaluar el PTP 3

**EVIDENCIA:**

INDICADORES	Insuficiente	Suficiente	Satisfactorio	Destacado
	10	15	20	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.				