



José Roberto Ibarra Pisté
Módulo 3

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

Durante la actividad, mis pensamientos estuvieron enfocados en cómo podía ayudar a mis alumnos a conectarse con sus fortalezas y crear un ambiente positivo en el aula. Me sentí emocionado al verlos reflexionar sobre lo que les hace especiales, porque sé lo importante que es construir una autoestima sólida a su edad.

Mientras decoraban sus hojas, me llenó de orgullo ver su creatividad y esfuerzo. Cuando compartieron en voz alta sus fortalezas y el resto de la clase aplaudió, sentí una gran satisfacción; fue un momento poderoso de apoyo mutuo y reconocimiento. Al final, ver el mural lleno de colores y palabras tan significativas me hizo sentir que habíamos logrado mucho más que una simple actividad, habíamos fortalecido la confianza y el sentido de comunidad en el aula. La experiencia fue muy gratificante, y me dejó con un fuerte deseo de seguir creando momentos así en los que los alumnos puedan crecer emocionalmente y sentirse valorados.

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

El desarrollo de la autoestima se promovió de varias maneras durante la actividad:

Autoconocimiento: Los alumnos tuvieron un espacio para reflexionar sobre sus fortalezas y reconocer lo que les hace especiales. Esto les permitió enfocarse en sus cualidades positivas y apreciar lo valioso que son.

Expresión positiva: Al escribir y decorar sus hojas, cada estudiante plasmó de manera creativa lo que les hacía sentirse orgullosos de sí mismos, lo cual refuerza la autoaceptación.

Reconocimiento individual: Cada alumno tuvo la oportunidad de compartir en voz alta sus fortalezas, y al hacerlo, se sintieron vistos y valorados por sus compañeros.

Apoyo social: Los aplausos y la reacción positiva de sus compañeros durante la actividad fomentaron un ambiente de respeto y validación, lo cual contribuye a que los alumnos se sientan aceptados y apoyados por su grupo.

Refuerzo colectivo: El mural final no solo fue un reflejo de las fortalezas individuales, sino un recordatorio tangible de que, como grupo, todos aportan algo único y valioso. Esto fortaleció el sentido de pertenencia y comunidad, lo cual también impacta positivamente en la autoestima.

A través de estas acciones, los alumnos no solo reconocieron su valor personal, sino que también aprendieron a apreciar y celebrar las fortalezas de los demás, lo cual refuerza una autoestima saludable.

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

Hoy mis alumnos reconocen qué es la autoestima y saben cómo trabajarla porque la actividad "El Mural de las Fortalezas" les permitió experimentar directamente lo que significa valorarse a sí mismos. En lugar de solo hablar del concepto, lo vivieron de manera práctica y emocional al:

Reflexionar sobre sí mismos: Identificaron sus propias fortalezas, lo que les dio claridad sobre aspectos positivos de su personalidad y habilidades. Esto les ayudó a entender que la autoestima comienza por conocerse y aceptarse.

Expresar y compartir: Al plasmar sus fortalezas y decirlas en voz alta, reforzaron su confianza y entendieron que valorarse a sí mismos es algo que puede y debe ser reconocido.

Recibir apoyo positivo: Las respuestas de sus compañeros y el trabajo colectivo les demostraron que valorar a otros y ser valorado fortalece su sentido de pertenencia y seguridad.

Llevarse un ejemplo práctico: El mural quedó como un recordatorio tangible de que su autoestima se puede construir y alimentar reconociendo sus logros, virtudes y esfuerzos diariamente.

A través de esta experiencia, aprendieron que la autoestima no es algo abstracto, sino una práctica diaria que se nutre al enfocarse en lo positivo, aceptarse tal como son y rodearse de un entorno que fomente el respeto y el aprecio.

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

Un taller para docentes sobre la importancia de la autoestima de los alumnos en el aula es fundamental porque permite a los maestros comprender cómo el desarrollo emocional influye directamente en el aprendizaje, la conducta y el bienestar de los estudiantes. Estos talleres ayudan a los docentes a fortalecer su rol como facilitadores de un entorno positivo que fomente el crecimiento integral de los alumnos.

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

una.



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.		X		
Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 3.			X	
Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 3.		X		
Integra evidencias gráficas y explicación de los ejercicios realizados en colectivo.			X	

Anexo

Actividad: “El Mural de las Fortalezas”

Hoy llevé a cabo una actividad con mis alumnos de sexto grado para fomentar su autoestima. Desde el inicio de la clase, el objetivo fue claro: ayudarlos a reconocer sus fortalezas y apreciarse a sí mismos.

Comencé la sesión con una breve introducción de 5 minutos. Les pregunté: “¿Alguna vez han pensado en todas las cosas que hacen bien? Hoy vamos a explorar eso juntos y crear algo muy especial.”

Distribuí hojas de colores y marcadores. Les pedí que cerraran los ojos por un momento y pensarán en tres cosas que les hacen sentir orgullosos de sí mismos. Podía ser algo que hicieran bien, una cualidad personal o un valor importante para ellos. Después, los animé a compartir con la clase si querían, y algunos se animaron: “Soy bueno jugando fútbol”, “Siempre ayudo a mis amigos”, “Me gusta dibujar y mis dibujos son bonitos”.

Les expliqué que la actividad principal consistía en crear un mural de clase llamado “El Mural de las Fortalezas”. Cada uno escribiría en una hoja de colores algo que les gustara de sí mismos. Podían decorar su hoja con dibujos, frases o cualquier cosa que representara esa fortaleza personal. Les di 20 minutos para trabajar en sus aportaciones, y durante ese tiempo caminé por el aula, brindando comentarios positivos como: “Ese dibujo refleja mucho esfuerzo” o “Es genial que reconozcas lo generoso que eres”.

Una vez que todos terminaron, pasamos al siguiente paso. Uno por uno, fueron colocando sus hojas en un mural grande de papel kraft que había pegado en la pared. Cada vez que alguien colocaba su hoja, les pedía que dijeran en voz alta su fortaleza: “Soy creativo”, “Sé escuchar”, “Me esfuerzo mucho en todo lo que hago”. Después de cada participación, aplaudíamos para celebrar su aporte.

Para cerrar, dedicamos 10 minutos a reflexionar. Sentados en un círculo, les pregunté cómo se sentían al ver el mural completo. Muchos dijeron que se sentían felices y orgullosos. Les expliqué que ese mural no solo era un recordatorio de sus talentos individuales, sino también de lo valiosa que es nuestra clase como grupo.

Al final, varios alumnos se quedaron viendo el mural con una sonrisa. Me sentí satisfecha porque la actividad no solo les permitió expresarse, sino que también fortaleció el sentido de comunidad en el aula. ¡Fue un día maravilloso para trabajar en su autoestima!