



Formato de PTP 3 Módulo 3

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

Pienso que uno de los pensamientos que mas surgen en el tema es la curiosidad ya que es el deseo de descubrir más sobre uno mismo sin embargo igual nos da un poco de nervios o “miedo” por que entramos en un momento de vulnerabilidad, el miedo a enfrentar aspectos desconocidos o incómodos de uno mismo. Sin embargo surge un empoderamiento en ellos lo que resulta en la sensación de control y confianza en la capacidad de tomar decisiones informadas sobre la propia vida.

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

Algunos beneficios que noté:

- Mayor conciencia y comprensión de uno mismo.
- Mejora en la toma de decisiones y la resolución de problemas.
- Desarrollo de habilidades de comunicación y relación efectivas.
- Aumento de la confianza y la autoestima.

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

Diario de gratitud: Los alumnos pueden escribir diariamente tres cosas por las que están agradecidos, lo que ayuda a enfocarse en lo positivo.

Autoafirmaciones: Los alumnos pueden escribir y repetir afirmaciones positivas sobre sí mismos, como "Soy capaz y competente".

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

La que más se me quedó grabada es la de tipo de líder, ya que siempre vamos por la vida conociendo algunos líderes dignos de admirar y otros que nos enseñan como no queremos ser. El líder es quien puede llevar a un excelente camino a todo un grupo de personas, en nuestro caso el maestro. Si tienes una actitud que lleva al alumnado hacia sentirse bien, conocerse y avanzar en su conocimiento serán experiencias que podrá reproducir en todos los ámbitos de su vida.

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



