

Formato de PTP 3

Módulo 3

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

Durante las actividades que se llevaron a cabo, se tuvo que considerar más del tiempo establecido, ya que les cuesta mucho trabajo el pensar las cualidades positivas de sí mismo; así como, las cosas positivas que cada uno hace y sus éxitos que hayan tenido; se observa que se les es más fácil el escribir las cualidades y éxitos positivos de su compañero que de ellos mismos.

Por lo que sus pensamientos fueron muchos recuerdos, volviendo a vivir eventos o situaciones agradables como desagradables y sus emociones fueron de preocupación, desesperación, felicidad, tristeza y emoción.

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

Con mucha motivación, ejemplificando actividades, orientándolos, aplaudiéndolos, elogiándolos para que puedan ser capaces de ver que ellos pueden ser y hacer muchas cosas solas, como cualquier persona, que durante su vida han decidido en muchas ocasiones de manera independiente y han logrado tener éxitos; siempre recalando el valor que cada uno tiene y la importancia de la confianza de sí mismo, logrando enfrentar desafíos.

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

La autoestima es un proceso que se va construyendo y evolucionando a lo largo de la vida, por lo que mis alumnos reconocen que el autoestima es saber y creerse lo que uno es; en cuanto al trabajo del auto estima que mis alumnos aun están en esa construcción. ya que durante las actividades, aun no deciden por sí mismo, se les dificultó describir sus cualidades y sentirse valiosos.

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

Muy interesante e importante el temas, pero, para mí, las actividades propuestas para el grupo, porque son dinámica, participativa y sencilla de comprender, ya que de esta manera y con estas actividades los alumnos adquieren un aprendizaje significativo, dando seguridad y confianza para atreverse y sentirse capaz.

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

Antes de iniciar las actividades se hace el ejercicio de respiración y relajación para que los alumnos estén dispuestos a realizarlos de manera efectiva y activa.

UN PASEO POR EL BOSQUE.

Esta actividad se llevo a cabo con los alumnos de secundaria; primero se les indica que platicaremos sobre las cualidades positivas que cada uno consideran tener; en seguida de las cosas positivas/bien que realizan y por último los éxito o logros tenidos.

Después se proporciona el material (hoja en blanco) e indica que dibujen un árbol con raíces, ramas, hojas y frutos.

Seguida mente en las raíces escribirán las cualidades que cada uno considere tener, en las ramas lo que hacer bien/positivo y en los frutos escriban los triunfos o éxitos que hayan tenido. Seguidamente por decisión propia comparten a sus compañeros su trabajo.



El regalo.

Esta actividad se adecua para poder llegar al objetivo, de sentirse importante y valioso; se platica con los alumnos respondiendo a algunas preguntas, sobre “el regalo” ¿Qué creen que hay ahí? ¿Para quién creen que es? ¿Qué les gustaría que haya a dentro de la caja de regalo?, en plenaria se comenta las preguntas y lo importante y valioso que es un regalo; Seguidamente se les indica que cada alumno abrirá un regalo, pero que únicamente lo verá y no puede comentar que es lo que contiene, hasta que todos hayan abierto su regalo; para finalizar cada alumno cometa que tan importante para sí mismo, es lo que tiene la caja del regalo y lo valioso e importante se debe sentir cada uno. Porque cada alumno es un grandioso regalo.

Durante esta actividad se observó que los alumnos se mostraron interesados, emocionados, contentos, sorprendidos y felices.

