



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

### Módulo 3

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

Durante el desarrollo de las actividades de este tercer módulo pude sentir distintas emociones como lo son alegría al momento de aprender más acerca de las emociones y poder reflexionar sobre la importancia de la autoestima, además de también tristeza por ver que mis estudiantes tienen problema para reforzar este tipo de temas como lo es el amor propio y autoestima, de igual manera sentí tranquilidad al poder dedicar ese tiempo para mí y de saber que sigo trabajando con todos esos aspectos.

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

Promoví el desarrollo de la autoestima durante el desarrollo de las actividades mediante la aplicación de actividades donde los estudiantes reflexionaron acerca de sus cualidades, logros, las cosas que les gustan de ellos mismos, las actividades fueron difíciles en un inicio ya que comentaban que no sabían que les gustaba de ellos mismos ni en qué eran buenos, de la misma manera también trabajaron en equipo donde debían decirse entre todos una cualidad que veían en su compañero.

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

Si reconocen que es la autoestima y saben cómo trabajarla para desarrollarla ya que en estos días estuvimos hablando y conociendo más del tema, y ahora conocen técnicas para fortalecerla, también las actividades que realizamos les ayudaron a darse cuenta de lo que les gusta de ellos mismos y en qué son buenos.

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

Las actividades que fueron más significativas para mí en este tercer módulo son realizar una actividad donde los estudiantes escribieron todo lo que les gustaba de ellos mismos tanto cosas físicas, emocionales, de personalidad y también se realizó un muro de autoestima en donde decoraron tarjetas que decían afirmaciones como que ellos eran amorosos, inteligentes, divertidos, etc. Con la intención de que estuvieran en contacto con ella diariamente y pudieran fortalecer su autoestima.

De la misma manera para mí fue muy significativa la actividad 1 de gracias a la vida porque pude reflexionar acerca de todas las cosas por las que estoy agradecida y recordar todo lo bueno que he logrado y tengo que en ocasiones queda en el olvido o lo veo como algo normal, también la actividad 2 de carta al futuro me gustó mucho porque me puse a redactar cómo me gustaría ser, sentirme en el futuro, todas las cosas que me gustaría lograr y finalmente la actividad 8 la escalera de la retroalimentación del docente líder porque me ayudo a ver las acciones que debo fortalecer con mis estudiantes para ayudarlos en la escuela y poder fomentar todas estas herramientas emocionales.

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



## Rúbrica PTP 3

Instrumento para evaluar PTP del módulo 3					
Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión					
	Insuficiente	Suficiente	Satisfactorio	Destacado	
Indicadores	1	3	4	5	Observaciones
<b>Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales generados por las actividades realizadas.</b>					
<b>Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 3.</b>					
<b>Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 3.</b>					
<b>Integra evidencias gráficas y explicación de los ejercicios realizados en colectivo.</b>					