



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL

(PTP)

### Módulo 3

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

Durante el desarrollo de este módulo tuve la oportunidad de identificar diferentes emociones y pensamientos, entre las cuales está la **autoconfianza** considerándome como una persona valiosa y única que se merece los mejor; otro pensamiento que pude experimentar fue el de **conocer y reconocirme como un líder** ante mis alumnos, los que me rodean y en la sociedad, y que debo ser ese ejemplo a seguir para con los que convivo continuamente. También experimenté la **empatía y el sentimentalismo** al pensar cómo sería mi vida ya en una etapa muy lejana y como recordarían mis alumnos, *pensando si les dejaba una huella positiva en su vida.*

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

Al aplicar el PTP con mis alumnos se generó un ambiente de autoconfianza en la que ellos tuvieran la oportunidad de **expresarse libremente** sin que nadie los criticara y de igual modo tuvieron la oportunidad de poder **interactuar y conocer mejor las características de sus otros compañeros** de grupo. Sin lugar a duda también pudieron **auto valorarse ellos mismos**, porque algunos solo se tenían en un concepto negativo, pero al explorarse mejor notaron que tienen muchas cualidades positivas. Finalmente también pudieron identificar que algunas de las **normas son para el cuidado de ellos mismos** y no como algo autoritario para controlarlos en su actuar dentro de la casa o escuela.

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

A lo larga de las diferentes actividades realizadas con mis alumnos, han asimilado mejor que ellos deben de valorarse positivamente y no considerar los aspectos negativos que anteriormente era lo que más tomaban en cuenta. Algunos alumnos inquietos han podido aceptarse y de esta manera poder controlar sus reacciones emocionales y conductuales.

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

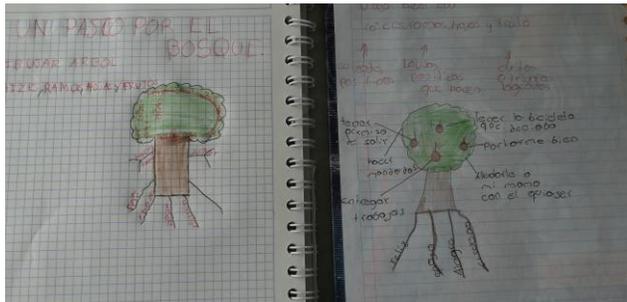
Me gustó mucho la actividad de **la rueda de la vida** porque gracias a ella he podido identificar si tengo una vida equilibrada o si debo realizar algunos ajustes, como hay algunas áreas que debo de mejorar son mi inicio para poder irlas trabajando de aquí en adelante. Es por ello que incorporo esta actividad en mi vida diaria para en un momento dado poner pausa y volverme a analizar para ver cómo están las diferentes áreas.

Me gustó mucho la actividad **tipos de líder**, pude autoanalizarme y captar que de acuerdo con diferentes momentos he tomado uno de estos roles, dependiendo de las circunstancias, así que en más de alguna ocasión he tomado uno de estos roles.

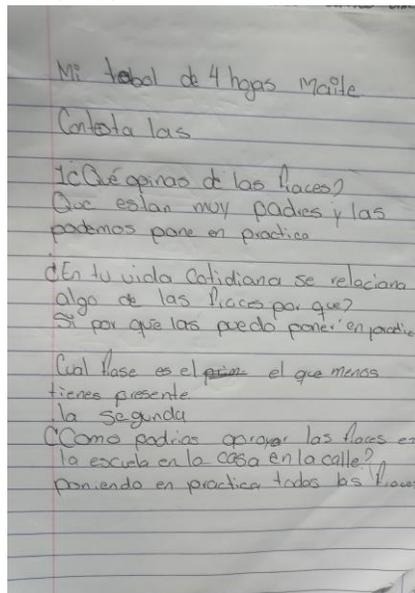
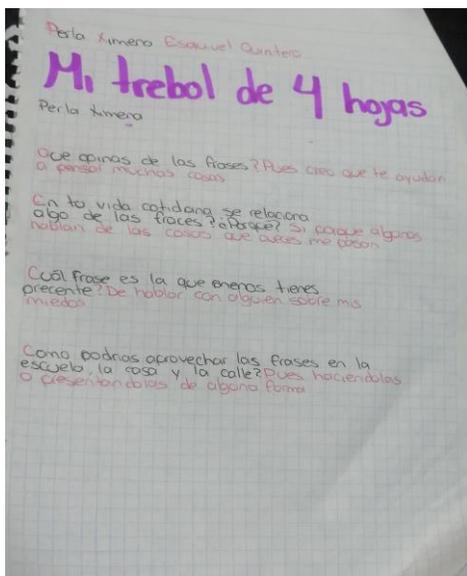
1. Evidencia fotográfica o en audio de las actividades realizadas y descripción de cada una.



Trabajando en el desarrollo de la actividad, los alumnos tienen momento de reflexión



Producto de la actividad un paseo por el bosque, los alumnos se autoanalizan y ven lo mejor de sí mismos



Productos de la actividad mi trebol de 4 hojas, los alumnos se autovaloran y ven lo mejor de sí mismos.

### 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>					