



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 3

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

Al planear esta actividad, elegí las actividades: “mi trébol de cuatro” y “un paseo por el bosque”, sin embargo, en el último grupo, me vi sorprendida, pues los alumnos me comentaron que ya habían hecho la actividad de un paseo por el bosque con otra docente, por lo que fue necesario hacer un ajuste, en ese grupo, y realizamos la actividad “el proyecto de persona”.

En otras ocasiones, hemos realizado dinámicas que tienen que ver con la reflexión sobre el valor personal y las cualidades positivas y he notado que les cuesta mucho trabajo realizar ese análisis personal.

Por lo anterior, decidí comenzar con: “mi trébol de cuatro”, para motivarlos y sensibilizarlos.

Me sentí orgullosa al ver cómo en el último de los grupos, organizaron las mesas para que encajaran perfectamente, sin necesidad de pedírselos.

En general, creo que logramos hacer conciencia sobre la importancia de una autoimagen positiva, lo que me mantiene esperanzada y ansiosa de comenzar el próximo ciclo escolar, para poner en práctica nuevas actividades que nos permitan reforzar estos temas.

También surgieron inquietudes como grupo, de la poca empatía que se vive al interior y lo poco valorados que se sienten, me siento satisfecha de como manejé la situación, al permitir que se expresaran y concluir la necesidad de respetarse y valorarse a sí mismos y a los demás.

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

Al principio, al realizar los árboles ya anotar las cualidades positivas, los alumnos no podían pensar más de 3 cualidades, pasaron mucho más tiempo del indicado, para terminar la encomienda, fue muy satisfactorio cuando compartieron entre ellos, las cualidades que visualizaban en el otro, al final, no cabían sus cualidades en las raíces del árbol.

Estuvieron muy contentos, aunque algunos de ellos, apenados de que los demás observaran sus árboles.

A pesar de las actividades que ya se han realizado y que se logró crear conciencia de reforzar la autoestima, no es suficiente con hacerlo solo una vez, por ello, acordamos dejar como actividad permanente, el recordatorio de las frases de la actividad: “mi trébol de cuatro”.

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

El aula se ha convertido en un espacio seguro donde los alumnos pueden expresarse libremente sin temor a ser juzgados, e promueve una cultura de respeto y empatía entre los compañeros, lo que fortalece el sentido de pertenencia y apoyo mutuo, aunque he de decir, que debido a la etapa que atraviesan, será necesario el reforzamiento, por lo que se propone: la elaboración de diarios personales, mapas de fortalezas y debilidades, y reflexiones sobre sus logros y áreas de mejora.

Enseño a los alumnos a reemplazar pensamientos negativos por afirmaciones positivas y a reconocer y celebrar sus logros, por pequeños que sean, por ejemplo, con motivo del cierre del ciclo escolar, elaboré reconocimientos a los alumnos con excelente desempeño y asistencia, pero también a los que realizaron un gran esfuerzo y mejoraron su desempeño, sin importar la calificación y por último, se otorgará medalla a los alumnos que los mismos compañeros consideren que vivieron los valores de: honestidad, empatía, benediciencia, amor, respeto, unión y generosidad.

Los alumnos se sienten más seguros de sí mismos y son capaces de tomar decisiones con mayor confianza, al sentirse valorados y apoyados, los alumnos están más motivados y comprometidos con su aprendizaje, los alumnos desarrollan mejores habilidades sociales y son capaces de mantener relaciones positivas y constructivas con sus compañeros.

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

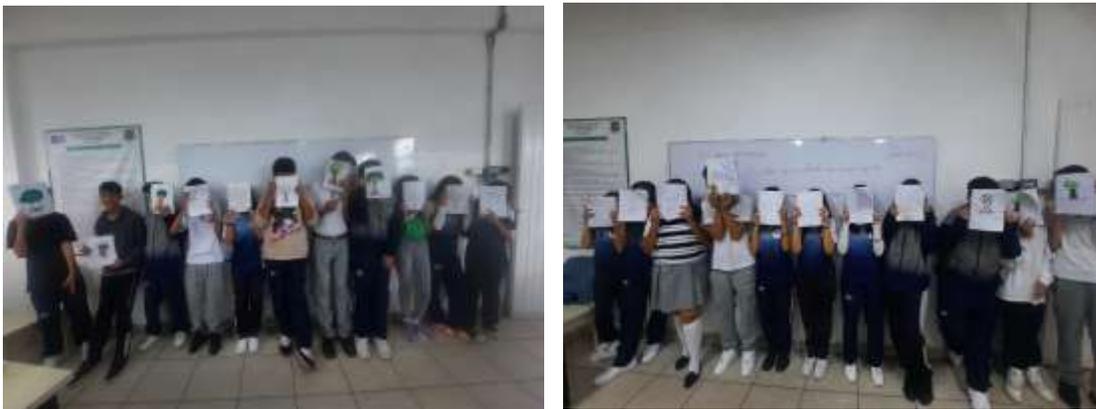
Las actividades que en este modulo son más significativas, siguen siendo las de practicar la calma y la rueda de la vida, me sorprendió darme cuenta, la poca cantidad del tiempo de mi vida que paso cuidando de mi misma y de mi salud, este modulo y el curso en general, me hizo darme cuenta que primero debo cuidarme a mi misma, para ser eficiente en los demás ámbitos de mi vida

Me propongo Integrar las actividades que aprendí, de forma diaria o semanal de la clase para asegurar una práctica constante y sostenible e informar y, si es posible, involucrar a las familias en algunas de estas actividades para reforzar el aprendizaje en casa.

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



Figuras 1,2 y 3. La formación de los grupos, la intención era que se observaran cara a cara, en el último grupo, se puede observar la disposición de perfecta de las mesas.



Figuras 4 y 5 se analizan los resultados de la actividad “un paseo por el bosque” fue muy satisfactorio observar como al final, los alumnos encontraron muchas cualidades positivas en sí mismos.



Fig. 8

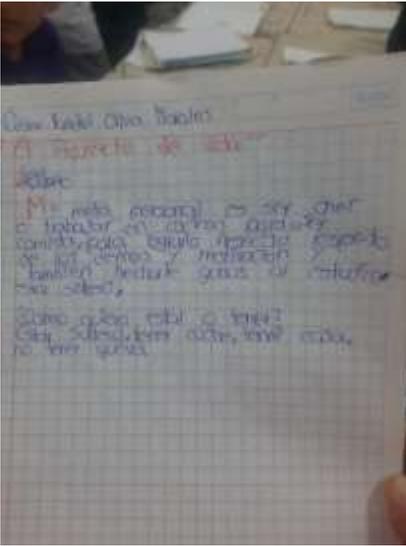


Fig. 9

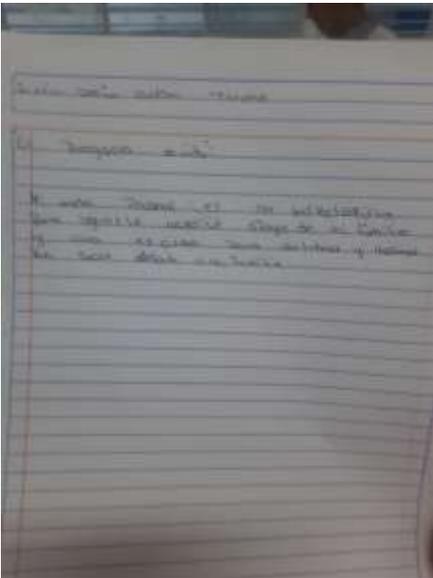


Fig. 10

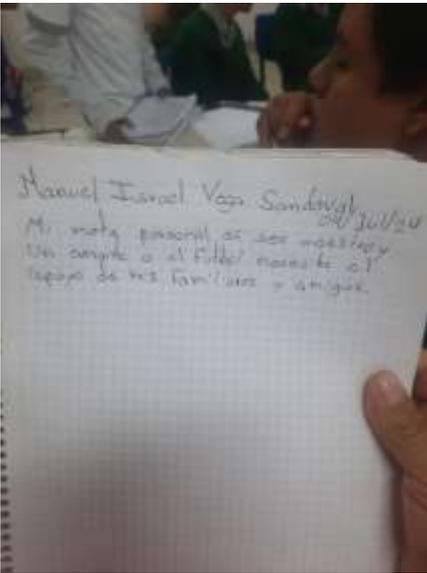


Fig. 11

En las figuras 8 a la 11 se observan los proyectos de algunos alumnos, sus metas y sus sueños a largo plazo.

¡Muchas gracias ConRumbo, por este maravilloso curso, y también a mi asesora Abril, por su paciencia y comprensión, gracias de verdad!

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