



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL

(PTP)

Módulo 3

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

Me siento muy emocionada por haber fortalecido mis habilidades emocionales y a partir de esto, haber contribuido positivamente en el desarrollo de las habilidades emocionales de mis alumnos. Hoy me encuentro feliz y muy agradecida con todo lo aprendido y compartido durante estos últimos días de fin de ciclo escolar, pues gracias a este curso me dediqué un espacio para ser más sintiente y consciente de mis emociones. Me alegra compartir que mi experiencia con cada una de las actividades fue muy satisfactoria, reflexiva y entre cada una de ellas, disfrute experimentar y sentir como si fuera en una montaña rusa de emociones, lo cual me parece muy bueno, pues así mismo, logre contribuir a mi bienestar personal y profesional como docente promotora de una educación que favorece las competencias emocionales para la vida.

2. ¿De qué manera se promovió el desarrollo de la autoestima durante las actividades llevadas a cabo? A bien de fortalecer el área socioemocional de mis alumnos, contribuí promoviendo un ambiente de respeto generador de clima positivo lleno de elogios y me enfoqué a que el desarrollo de las actividades fuera muy dinámico y significativo para mis pequeños de 1ro, y con la principal meta de atender a las necesidades de acuerdo a su nivel educativo lleve a la práctica las siguientes propuestas: el proyecto de persona y la actividad del regalo, además complementé y realicé ajustes para vincular con juegos cooperativos, dinámicas de socialización, de expresión oral y corporal, técnicas de relajación, canciones para fortalecer la autoestima.
3. Hoy tus alumnos/as reconocen qué es la autoestima y saben cómo trabajarla para desarrollarla ¿por qué? El 84% de mis alumnos logran participar en actividades que fortalecen su autoestima y la reconocen. Partiendo de la promoción del reconocimiento de su propia persona, gustos, saberes y emociones, los alumnos han sido capaces de identificar que son niños importantes, que tienen un nombre y un cuerpo que les permite convivir con los demás, al mismo tiempo, identifican que sus emociones son importantes y estas tienen momentos diferentes en cada día.

Me es grato compartir que mis estudiantes, a pesar de ser muy pequeños en edad, son muy inteligentes, pues les reconozco y admiro su capacidad de comprender en palabras sencillas lo que es la autoestima y como mediante una canción, y acciones vividas en colectivo, fueron capaces de manifestarla y expresarla en frases como: "soy feliz, soy una niña amada por mi mamá, por mi papá, por la Mtra. Andi, soy amigable, entre otras más©"

4. Describe para ti las actividades más significativas de este tercer módulo, y cómo hasta ahora las pones en práctica. Desde mi enfoque personal, la carta, es una actividad muy significativa para mí, para mi pensar y sentir pues dentro de unos años, estaré leyéndola de nuevo y sé que para ese entonces muchas situaciones y muchas emociones más habré experimentado y eso me motiva y me inspira a seguir fortaleciendo mis habilidades emocionales día con día, hasta que logré el hábito de dedicarme momentos de conexión conmigo misma y después continuar disfrutando de la compañía de los demás.

Y enfocándome en mi trabajo pedagógico, una de las actividades más significativas tanto para mis alumnos, como para mí, fue la del regalo, ya que nos pareció muy emotiva, ver las caritas de alegría, de nerviosismo y sentimiento en los alumnos fue muy conmovedor, entre los mismos compañeros hubo comentarios positivos y muestras de cariño y de reconocimiento para resaltar lo valiosos que son.

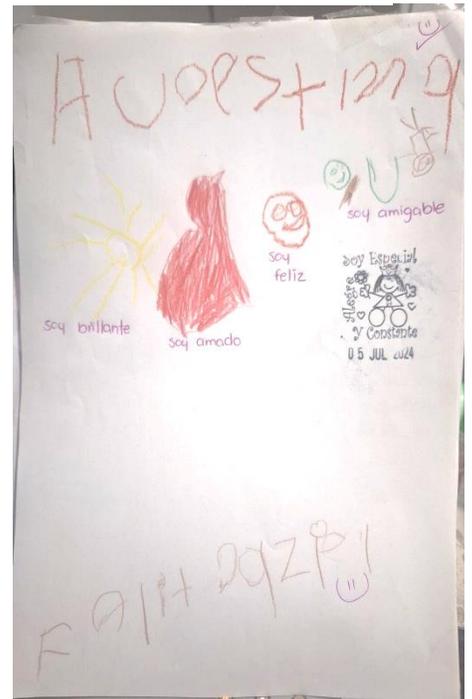
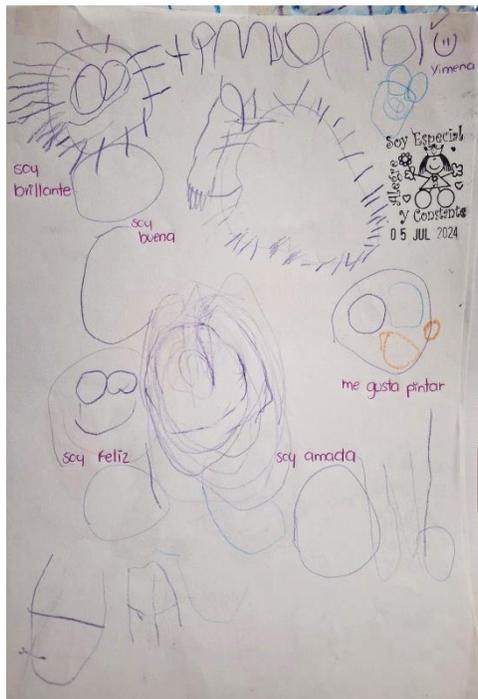


Los alumnos trabajaron en el patio escolar y en parejas trazaron las siluetas de sus cuerpos, posteriormente las dibujaron, retomando la actividad los colores de las emociones y esta vez se promovió el reconocimiento de su cuerpo, el por qué es importante, para que les sirve y que les gusta hacer con las partes de su cuerpo.

En siluetas de sus rostros, en otra ocasión, dibujaron su emoción y se retomaron las emociones básicas.



Los alumnos cantaron la siguiente canción: “Soy grande, soy fuerte, soy muy inteligente, yo quiero, yo puedo, y yo me lo merezco” la cual seleccioné para fortalecer la autoestima mediante afirmaciones positivas. La actividad fue complemento para llevar a cabo el proyecto de persona, mismo, que, por las edades y características de mis alumnos, enfoque a que centraran su atención en identificar como son físicamente, cuáles son sus gustos, intereses y quienes son, destacando algunas acciones que los hacen ser importantes y valiosos (las cuales representaron por medio de registros propios y a continuación anexo evidencias ☺)



Actividad el regalo

