



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 3

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

Al analizar las actividades propuestas para aplicar con mis alumnos, me llamaron mucho la atención dos de ellas, “El regalo” y “Un paseo por el bosque” ya que les dan la oportunidad a quienes las trabajan de reconocer lo valiosos, únicos e irrepetibles que somos y reflexionar acerca de que, casi siempre minimizamos nuestras cualidades y tristemente en ocasiones es más fácil enumerar las cosas negativas que tenemos que las virtudes y cualidades que tiene nuestra persona.

De manera personal, sentí una gran alegría cuando empecé a preparar el material para la actividad, me imaginé cual sería la reacción de mis niños y creo que acerté, y, debo admitir que ha sido un cierre de ciclo escolar muy diferente, gracias a las actividades que hemos implementado, estamos experimentando mayor tranquilidad en estas últimas semanas de tanto estrés y cansancio.

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

Iniciando siempre con ejercicios de respiración para que los niños estuvieran más tranquilos y receptivos, después, tuvimos reflexiones sobre lo valiosos, únicos y especiales que son cada uno de ellos, traté de resaltar sus cualidades dando siempre ejemplos de algunas vivencias que ya hemos tenido, en las que la mayoría de ellos han demostrado su valor.

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

Considero que la mayoría sí, tenemos el caso de uno de mis alumnos que constantemente se menosprecia y basándome en eso, me apoye para ejemplificar y que a los pequeños les quedara un poco más claro el tema, afortunadamente la mayoría se reconocen como personas

valiosas, pero, seguiremos trabajando para lograr que así sea con la totalidad, es un poco difícil porque debemos quitar ideas que ya tienen muy arraigadas, pero no es imposible, procuro a diario elogiar todo lo positivo que encuentro en ellos y que eviten comparaciones, que estén conscientes de que la única competencia que tienen es con ellos mismos, para tratar cada día de ser mejores que el anterior.

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

Para iniciar con la primera actividad, primeramente, hicimos nuestro ejercicio de respiración para que los alumnos se encontraran con la mejor disposición para realizar las actividades.

La primera actividad que les presenté fue la de “**El regalo**” sentí mucha alegría en cuanto mire la carita de felicidad de todos mis niños al tener frente a ellos una caja de regalo, primero les pregunté ¿Qué se imaginaban que era el regalo? Y las respuestas fueron muy variadas, como les hice saber que al abrir la caja de regalo se iban a encontrar con lo más hermoso y valioso que puede existir en este planeta, muchos se imaginaron que había corazones, chocolates, osos de peluche, comida, etc., posteriormente pasaron uno a uno y puedo asegurar que a la mayoría les encantó lo que miraron, sintieron gran sorpresa y alegría al mirar el contenido de la caja, dos de ellos me sorprendieron porque una de mis niñas dijo haber sentido mariposas en la panza y otro alumnito se emocionó tanto que estuvo a punto de llorar y dijo que el sí es lo más hermoso del planeta.

También debo reconocer que se me presentaron dos casos de alumnos que no tuvieron reacción alguna, dijeron que eso era solo su reflejo y no era nada hermoso, sin duda eso nos puso tristes a la mayoría y a mí me preocupó, es un tema que voy a trabajar con ellos a partir de ya, lo bueno es que el siguiente ciclo escolar tendré el mismo grupo y eso me permitirá dar seguimiento a las diferentes situaciones que se van detectando.

Para culminar la actividad les entregué a los alumnos una hoja impresa con las siguientes preguntas:

- ¿Qué ves en el espejo?
- ¿Cómo es la persona que te mira desde el espejo?
- ¿Qué cosas buenas tiene esa persona?
- ¿Qué cosas malas tiene quien te mira desde el espejo?
- ¿Qué es lo que más te gusta de esa persona?

¿Cambiarías algo de la persona del espejo? ¿Cómo lo harías?

Cabe mencionar que hice ajustes para que mi alumna con parálisis y otra que aún tiene problemas con la escritura, tuvieran la oportunidad de responder las preguntas coloreando únicamente una carita.

La segunda actividad que realice con mis alumnos fue **“Un paseo por el bosque”** primero en el pizarrón les dibuje un árbol, les hice saber que nos íbamos a ir de paseo por el bosque, pero para eso, primero debemos conocer muy bien los tipos de árboles que hay, que ellos nos representan a nosotros y todo lo positivo de nuestra persona.

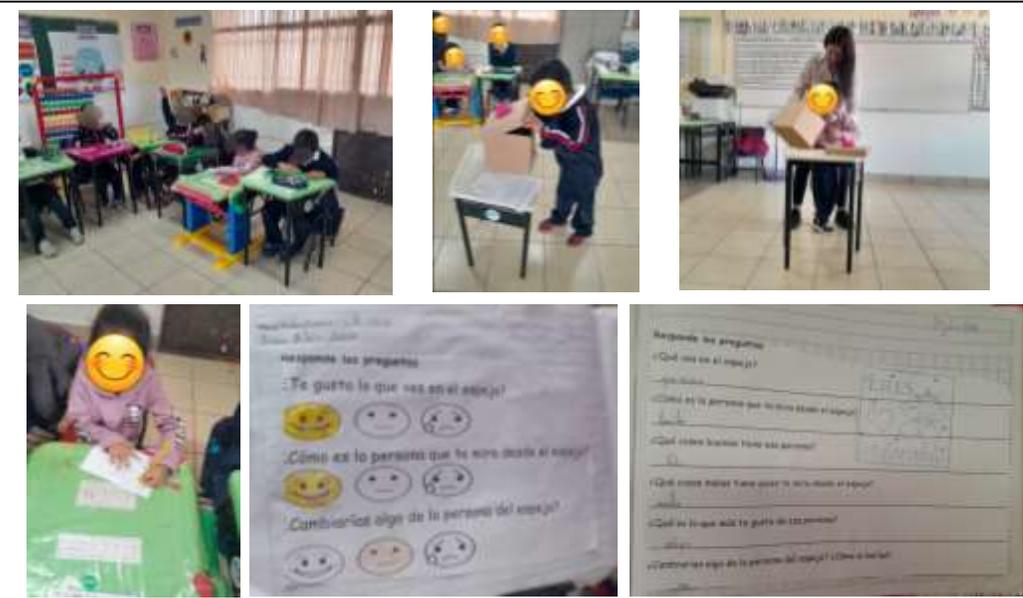
Con ayuda de mis alumnos y a manera de lluvia de ideas, hicimos un árbol colectivo, el cual contenía en las raíces las cualidades positivas que cada uno de ellos tienen y me fueron dictando, les mencioné que en las ramas le debíamos escribir las cosas positivas que ellos realizan durante su día a día y que los frutos representan los éxitos que ellos hasta el momento han logrado.

Una vez que terminamos, entregué a cada alumno una hoja en blanco, les pedí que dibujaran un árbol tratando de plasmar lo que cada uno considere que tiene y debe plasmar, considerando no solo lo que pusimos en el árbol colectivo, sino que cada quien tuviera la confianza de describirse tal cual son.

Una vez que terminaron sus árboles personales, simulamos un bosque, en el que cada uno de ellos tuvo la oportunidad de leer en voz alta todo lo positivo que encontraron en el árbol.

Al finalizar la actividad, les hice el comentario a mis alumnos de que éste árbol no se queda de ese tamaño, que tanto las raíces, hojas y frutos irán creciendo a lo largo de su vida y que de ellos depende que los frutos sean cosas positivas y para ello es necesario fortalecer desde la raíz.

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



El regalo



Un paseo por el bosque

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.					