



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 3

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

Actividad 1 “ Mi trébol de cuatro”

En esta actividad los alumnos expresaron distintos sentimientos al leer las frases y por consiguiente sus estados de animo variaron en algunos momentos pero predomino el entusiasmo, alegría, participación y compañerismo.

Actividad 2 “El regalo”

El regalo” pude sentir sorpresa, asombro, ternura y alegría al ver la reacción de mis estudiantes. Muchos de ellos pensaban que se trataba de dinero, de joyas, incluso de un invento. Muchos pudieron reflexionar en torno a la prioridad y lo verdaderamente importante en sus vidas más allá de las posesiones materiales.

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

La manera que se les ayudo en su autoestima fue que se mantuvo una comunicación fluida en todo momento con el alumnado para hacerles saber que cada esfuerzo que realizan les permite avanzar, se les hizo saber que son útiles por que son capaces de hacer distintas actividades y lograr su objetivo, también por medio de frases halagadoras que reciben se fomenta su autoestima como fue el caso en las dos actividades que se realizaron, se le hizo saber que puede ser verbal y no verbal ya que en ocasiones hay miradas que nos invitan a que podemos llevar acabo ciertas acciones que se piden las cuales nos hacen sentir bien y que podemos con lo que senos enfrenta.

Se elogiaron sus gesticulaciones con diferentes tipos de emociones de la actividad un regalo y esto también influyo en reforzar su autoestima lo cual permite que los alumnos desarrollen una educación emocional plena y sean mas seguros de sí mismos

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

Si, porque saben que deben utilizar frases positivas, reconocer logros de sus familiares, compañeros y gente que les rodea, incentivar el autoconocimiento, una comunicación asertiva en todo momento con familia, compañeros y cualquier lugar social donde se encuentren.

Saben que deben fomentar confianza, motivación frecuente con quien convivan para tener un bienestar emocional., sabe que debe ser amable y justo con los demás haciendo cosas que lo hagan sentir orgulloso del tipo de persona que es sabiendo que cuando haga cosas positivas por los demás por pequeñas que estas sean aumentara su autoestima y lograra una paz emocional.

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

Lo más relevante de este módulo fue que los alumnos compartieron muchas de sus emociones como alegría, temor, tristeza, euforia, entusiasmo, preocupación, enfado, vergüenza, orgullo, pensativo y vivencias de los recuerdos que provocaron las actividades aplicadas, las cuales se pusieron en práctica por medio del autoestima que surgió por medio de la comunicación verbal y no verbal que se dio durante la actividad el regalo y lectura de frases.

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

Actividad 1 “ El regalo”

En esta actividad se llevó al salón de clase una caja de regalo y se compartió con los estudiantes que la caja contenía lo más valioso y hermoso de todo el mundo. Los alumnos participaron en cuanto a qué creían que contenía la caja y uno por uno pasó a ver el regalo sin mencionar lo que guardaba hasta que el último estudiante lo viera. Al término de visualizar el regalo los alumnos compartieron lo agradable, desagradable y cosas que les gustaría cambiar de ellos.





Telesecundaria 573
 "San Miguel de Jamaica"
 C.C.T.:11ETV0567D
 Ciclo Escolar 2023-2024

Alumn@: Ana Yaret González Rodríguez Grado: 2 Grupo: "A"

2. El regalo

Indicaciones: Después de ver observado lo que contiene el regalo responde las siguientes cuestiones

- ¿Qué ves en el espejo?
 Cuando abrí el regalo vi mi reflejo sobre el espejo y
- ¿Cómo es la persona que te mira desde el espejo?
 Estaba sorprendida por que no pense que iba a ser un espejo
- ¿Qué cosas buenas tiene esa persona?
 Esa persona es muy amable con las demás y eso me gusta el como trata a sus amigos e igual que a las demás personas
- ¿Qué cosas malas tiene quien te mira desde el espejo?
 Nadie tiene cosas malas todos somos humanos
- ¿Qué es lo que más te gusta de esa persona?
 Todo por que me ayuda como trata a las personas y su forma de pensar y de ayudar a las personas cuando necesitan y apoyo
- ¿Cambiarías algo de la persona del espejo? ¿Cómo lo harías?
 La pena por que cuando estoy con alguien que no concierne muy bien me pongo nerviosa y no le contesto a todo de que no me vea

Telesecundaria 573
 "San Miguel de Jamaica"
 C.C.T.:11ETV0567D
 Ciclo Escolar 2023-2024

Alumn@: Maria Fernanda Rodríguez Sánchez Grado: 2 Grupo: "A"

2. El regalo

Indicaciones: Después de ver observado lo que contiene el regalo responde las siguientes cuestiones

- ¿Qué ves en el espejo?
 lo que vi en el espejo fue mi reflejo
- ¿Cómo es la persona que te mira desde el espejo?
 Es más alta, cabello largo y rizado, amable, creativo y festivo
- ¿Qué cosas buenas tiene esa persona?
 Que es amable, simpático, estudioso y creativo
- ¿Qué cosas malas tiene quien te mira desde el espejo?
 demagogo, pero algunas veces mal genio, festivo, a veces glosa etc.
- ¿Qué es lo que más te gusta de esa persona?
 Que es compartida y muchas veces creativa
- ¿Cambiarías algo de la persona del espejo? ¿Cómo lo harías?
 Si su carácter lo cambiaria por ser más simpático

Telesecundaria 573
 "San Miguel de Jamaica"
 C.C.T.:11ETV0567D
 Ciclo Escolar 2023-2024

Alumn@: Kendia Gabriela Molina Rodríguez Grado: 2 Grupo: "A"

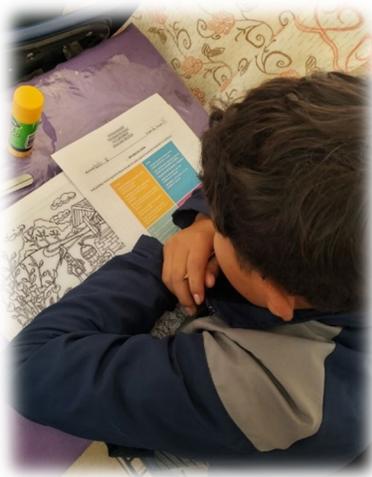
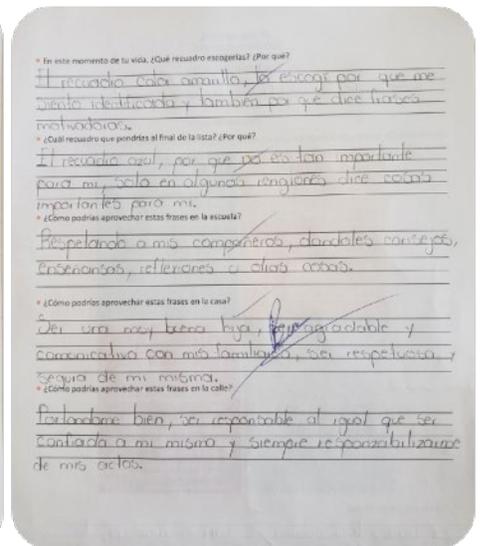
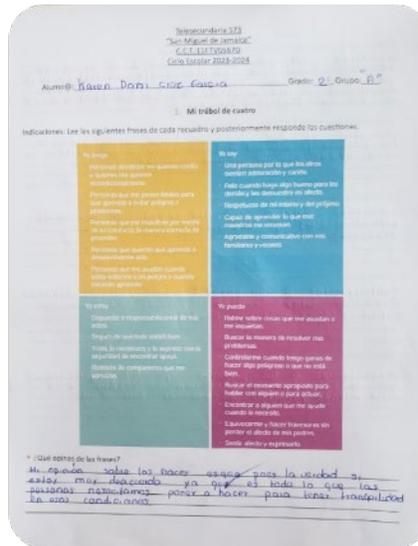
2. El regalo

Indicaciones: Después de ver observado lo que contiene el regalo responde las siguientes cuestiones

- ¿Qué ves en el espejo?
 Mi reflejo y a mi misma
- ¿Cómo es la persona que te mira desde el espejo?
 Linda, cosmética, graciosa, amigable, buena con todos y divertida
- ¿Qué cosas buenas tiene esa persona?
 Que es amigable, es buena, divertida, es linda y sabe hacer muchas cosas.
- ¿Qué cosas malas tiene quien te mira desde el espejo?
 Ninguna, por que esa persona es muy buena, graciosa y divertida.
- ¿Qué es lo que más te gusta de esa persona?
 Que es simpática, amistosa, amable y una muy buena persona.
- ¿Cambiarías algo de la persona del espejo? ¿Cómo lo harías?
 Cambiar su forma de ser, seria haciendola más amable y respetuosa etc.

Actividad 2 “ Mi trébol de cuatro”

En esta actividad los alumnos dieron lectura a cada una de las frases de cada cuadro y las repitieron, para posteriormente compartir lo que pensaron y sintieron al momento de leerlas identificando con cual recuadro se identificaban más y en con cual menos y mencionando el porqué, lo cual los hizo recordar y expresar emociones de frustración, de alegría, seguridad, respeto, mencionaron su autoestima con entusiasmo y en la mayoría de la actividad se mostraron felices., e identificaron que deben ser así en cualquier lugar que se encuentren y con toda la gente que está a su alrededor.



* En este momento de tu vida, ¿Qué recuadro escogerías? ¿Por qué?
 la verde por que yo estoy segura de mi misma
 ya puedo hacer todo no me importa la burla ni lo
 que digan de mi se la que pueda averas sa y
 responsable de mis actos no solo por que daña si no por
 mi por mi trabajo y ahudadas.

* ¿Cuál recuadro que pondrías al final de la lista? ¿Por qué?
 el azul al dig que lo hacen cuando avegas si
 las personas te admiran pero no todas ni todas las
 veces, nomas cuando tiene necesidad

* ¿Cómo podrías aprovechar estas frases en la escuela?
 ponendolas aprueba con mis compañeros de clases
 platicandocelas y redactandolas para ver sus
 reacciones.

* ¿Cómo podrías aprovechar estas frases en la casa?
 contandocelas a mis papas, hermanas y abuelos deendos
 como lo estoy leyendo o pasando que avegas es
 difícil y avegas por algo facil vuela

* ¿Cómo podrías aprovechar estas frases en la calle?
 platicandocelas a las personas que me pargan atencion
 que los entiendan y lo tomen en cuenta y lo
 estan usando ponendolas en practica con su vida.

Intersección 573
"San Miguel de Jimenez"
CCT: 11020677
Ciclo Escolar 2023-2024

Alumno: Yara Luna Lopez 4116 Grado: 2 Grupo: 18

1. Mi trabajo de cuatro

Indicaciones: Lee las siguientes frases de cada recuadro y posteriormente responde las cuestiones.

<p>Yo soy</p> <p>Quiero aprender en clases online y hacer mis propios proyectos.</p> <p>Quiero que mis padres estén para que aprenda y me ayuden a ser responsable.</p> <p>Quiero que me ayuden por medio de la tecnología a mejorar mis aprendizajes.</p> <p>Quiero que alguien me ayude a comprender mejor.</p> <p>Quiero que me ayuden cuando estoy confundido o cuando necesito aprender.</p>	<p>Yo soy</p> <p>Una persona por la que no están interesados en mí.</p> <p>Esto cuando tengo algo bueno para los demás y me burlan en clase.</p> <p>Respeto de mis ideas y de quienes.</p> <p>Capaz de aprender algo a otro.</p> <p>Respeto de mis ideas.</p> <p>Aprender y comunicarse con los demás y con ellos.</p>
<p>Yo soy</p> <p>Capaz de lograr mis objetivos de mi vida.</p> <p>Quiero que todo quede bien.</p> <p>Quiero la tecnología y la internet con la que puedo mejorar mis aprendizajes.</p> <p>Quiero que me ayuden a ser responsable.</p>	<p>Yo puedo</p> <p>Hacer cosas cosas que me gustan y me ayudan.</p> <p>Aprender la materia de manera más práctica.</p> <p>Compartir cuando tengo ganas de hacer algo bueno a los demás.</p> <p>Quiero el material que puedo para hablar con alguien y para aprender.</p> <p>Compartir y aprender que me ayuda cuando lo necesito.</p> <p>Compartir y hacer trabajos de grupo en clase de mis cursos.</p> <p>Ser responsable y responsable.</p>

* ¿Qué opinas de las frases?
 las frases me ayudan que a la hora de aprender
 cuando necesito a alguien que me ayude para aprender
 cuando necesito de la tecnología.

Telesecundaria 529
 "San Miguel de las Alamos"
 C.U. 1111705470
 C.O. 15061 20/1/2024

Alumno: Andrés Gabriel Molina Rodriguez Grado: 2 Grupo: A1

1. Mi árbol de castor

Indicaciones: Lee las siguientes frases de cada recuadro y posteriormente responde las cuestiones.

<p>El tiempo Personas que desde su juventud están y estarán los cuarenta años. Personas que me piden dinero para que aprenda a escribir palabras y palabras. Personas que me muestran por medio de su conducta la manera correcta de portarse. Personas que quieren que se lesa la información que les dan. Personas que me ayudan cuando estoy enfermo y me ayudan a cuando necesito aprender.</p>	<p>El día Una persona por la que yo sé que están estudiando y escribiendo. Pasa cuando hago algo bueno para los demás y los felicitan por ello. Respetan lo que me dicen y del porvenir. Capaz de aprender lo que me muestran en clase. Amable y comunicativo con sus familiares y vecinos.</p>
<p>El odio Desprecio a favor de alguien de mi edad. Seguro de que todo está bien. Triste, lo recienzo y lo comparto con la persona de mi edad. Estado de ánimo que me agrada.</p>	<p>El miedo Miedo a que cuando me ayudan a me insulten. Buscar la manera de resolver mis problemas. Cuando me ayudan tengo ganas de hacer algo diferente a lo que me enseñan. Buscar el momento oportuno para hablar con alguien a parte. Cuando se insulta que me ayude cuando lo necesito. Compartir y hacer trabajos de grupo a favor de los demás. Ser feliz y disfrutarlo.</p>

* ¿Qué opinas de las frases?
5 Son frases las cuales te dan enseñanzas, te puedes identificar con ellas y también te puedes sentir segura de ti misma.

* En este momento de tu vida, ¿Qué recuadro escogerías? ¿Por qué?
la verde por que yo estoy segura de mi misma yo puedo hacer todo no me importa la lista ni lo que digan de mi siento que puedo superar eso y responsable de mis actos no solo por que doy si no por mi por mi trabajo y actividades.

* ¿Cuál recuadro que pondrías al final de la lista? ¿Por qué?
el azul y dice que lo tienen cuando a veces si las personas te admiran pero no todas ni todos las veces, nomás cuando tienen necesidad

* ¿Cómo podrías aprovechar estas frases en la escuela?
poniéndolas a prueba con mis compañeros de clases platicándolas y redactándolas para ver sus reacciones.

* ¿Cómo podrías aprovechar estas frases en la casa?
contándolas a mis papás, hermanas y abuelos diciendo como lo estoy viviendo o pasando que a veces es difícil y a veces pas algo fácil cuando

* ¿Cómo podrías aprovechar estas frases en la calle?
platicándolas a las personas que me pegan atención que las entiendan y lo tomen en cuenta y lo estén usando pensando en practicar con salud.