



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 3

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

Se trabajaron las actividades de “mi botiquín emocional” un paseo por el bosque y el regalo, para este momento los alumnos ya esperan con interés las actividades de educación socioemocional. Las principales emociones que observé y además comentaron fueron alegría, curiosidad y pena principalmente. En mi caso da gusto ver el interés, la participación y la reflexión que manifiestan los alumnos y alumnas.

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

Pienso que las actividades antes mencionadas están diseñadas precisamente para desarrollar una autoestima positiva en los alumnos y alumnas, por ejemplo, el paseo por el bosque, primero buscaron sus cualidades, lo que hacen positivamente y reconocen los triunfos que han logrado hasta el momento y eso impactó para bien en ellos y ellas porque varias de las cosas que han hecho no lo consideran como éxitos y lo reconocieron al momento de hacer los comentarios en plenaria. Por otra parte, también reconocieron que sus compañeros tienen cualidades y los que participaron concordaron en que están de acuerdo con lo que ellos y ellas dicen, algo que resultó significativo para quien lo escuchó.

En la actividad del Regalo, al abrir la caja veía sus sonrisas y antes les había dicho que quién descubriera cuál era el regalo más hermoso que existe, le traería una sorpresa, así que cuando pregunté enseguida dijeron “yo, yo soy el regalo más hermoso que existe”, fue tan natural su manera de expresarlo y lo reafirmé. Es evidente que este tipo de actividades y estrategias fortalecen o desarrollan a su autoestima.

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

Me llamó la atención que de todos los conceptos vistos este fue el que más recuerdan porque saben que es parte de ellos y lo bien que se sienten cuando ésta es positiva. Considero que aún como sus docentes debemos seguir dándoles las herramientas para que de una manera habitual todo lo que abone a su autoestima positiva se realice de manera espontánea ya que los y las jóvenes aún necesitan de nuestra guía en ese sentido.

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

Como ya lo he escrito en anteriores reflexiones, estoy contenta con la decisión que tomé de registrarme en este curso, a pesar de la carga de trabajo a final del ciclo escolar, todas las actividades me han fortalecido como docente, he estado trabajando las competencias emocionales en mi y esto ha sido de mucha ayuda en mi trato con los alumnos y alumnas, incluso siento que ellos también lo han percibido en la manera en que han mejorado la relación en el aula. En este tercer módulo la carta al futuro y la rueda de la vida me hacen reconocermé y lo que espero lograr en un futuro cercano, me permiten centrarme en lo que quiero, aún no las trabajé con mis alumnos, pero sin duda todas estas actividades que se proponen en el manual me han parecido enriquecedoras. Los videos nos permiten reflexionar sobre la importancia del liderazgo que ejercemos en los y las jóvenes. En cuanto a las de “mi botiquín emocional” son excelentes apoyos para trabajar las competencias emocionales en mis alumnos y alumnas y seguro las seguiré implementando en mi aula. Gracias por este regalo tan hermoso. GRACIAS, GRACIAS, GRACIAS.

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

ACTIVIDAD UN PASEO POR EL BOSQUE







Se comenzó con la actividad practicando la calma a través de respiraciones, cuando se tuvo la atención de los alumnos y alumnas se les solicitó dibujar un árbol con los aspectos señalados en el manual del participante mismos que se escribieron en el pintarrón para que los alumnos no dejaran a un lado alguno de ellos.

Los alumnos elaboraron un árbol con lo solicitado y cuando la mayoría tenía el dibujo, se les pidió que se pararan e hicieran el paseo mostrando lo que habían escrito. Todos lo hicieron y leyeron con respeto lo escrito por sus compañeros. Ya en plenaria realicé las preguntas de reflexión sobre cómo se sintieron antes y después de la actividad, que opinaban sobre lo escrito por sus compañeros, que se les había dificultado más escribir, por qué pensaban eso, varios participaron con comentarios relacionados con que es importante conocernos a nosotros mismos y a los demás y que es muy bonito que nos reconozcan nuestras cualidades. Las emociones que persistieron antes de la actividad fueron: pereza, vergüenza, felicidad y posteriormente felicidad, alegría, entusiasmo, confianza o pena. Es evidente la participación activa de los alumnos y alumnas.

ACTIVIDAD 2 EL REGALO.







Esta actividad despertó mucha curiosidad ya que preguntaban para quién era el regalo que había llevado, les comenté que lo que había dentro era muy, muy importante para mí, que era hermoso en todos los sentidos, pero que al verlo tendrían que descubrir cuál era el regalo y por qué era hermoso. Claro que cuando lo vieran no dijeran nada para que todos lo descubrieran y se ganaran un detalle al día siguiente, esto despertó aún más el interés por identificar el regalo.

Pasaron de uno en uno, algunos sonreían, otros apenas se asomaban a la caja y los que observaban desde su lugar se mantenían curiosos.



Ya en plenaria se les cuestionó si lo habían descubierto y varios respondieron ¡soy yo! Con una sonrisa, así pregunté de uno en uno, me gustó cuando uno de ellos dijo “el regalo más hermoso soy yo”, les dije ¿te escuchas lo que estás diciendo? ¿no es muy importante? ¿no es lo mejor que puede haber?, quiero que lo repitan otra vez y bien fuerte y así lo hicieron “el regalo más hermoso soy yo”, fue muy padre ver esta reacción.

Es indudable que estas actividades impactan en sus emociones, pensamientos, actitudes y autoestima, sólo es cuestión de ser más constantes con estas acciones en el aula y también en nosotros los docentes.

Acepto el reto de desarrollar las competencias socioemocionales en mis alumnos de aquí en adelante.

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.					