



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 3

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

Las actividades que desarrollé con mi grupo durante este módulo tres fueron: ***“El regalo”*** y ***“Un paseo por el bosque”***.

Para llevarlas a cabo y como ya es costumbre con mi grupo, primero hicimos ejercicios de respiración a fin de enfocarnos en el presente y concentrarnos en las actividades que íbamos a iniciar.

Al desarrollar el ejercicio de “El regalo” los vi un poco sorprendidos al principio, no esperaban un espejo por regalo. Se veían confundidos y algo apenados.

Por mi parte, me sorprendí mucho al observar que a algunos niños y niñas les resulta difícil verse en un espejo; pienso que esto es debido a la falta de seguridad o baja autoestima de estos niños.

Conforme los alumnos se observaban más detenidamente comenzaron a dar respuesta a las preguntas planteadas y me di cuenta de que a algunos les es muy difícil describirse a nivel emocional, sus descripciones se basan más en el físico, pero no consideran lo que sienten o piensan. Por otra parte, me dio mucho gusto ver que la mayoría se sienten contentos con su físico y se “se caen bien”; es decir, tienen un buen autoconcepto. Sólo unos pocos son los niños que definitivamente no se gustan.

Con la actividad “Un paseo por el bosque” pasó algo muy similar. Al principio los alumnos no sabían que escribir en las raíces del árbol; es decir, no sabían cuáles son las cualidades que poseen y me preguntaban a mí: “maestra, ¿cómo soy yo?” Me vi en la necesidad de explicarles varias veces la importancia del autoconocimiento, de reconocerse uno mismo; si no hay autoconocimiento no hay crecimiento.

Me sentí muy feliz cuando terminaron su árbol y los veía leyéndose los unos a los otros sus cualidades, sus logros y las cosas buenas que han hecho.

Ambas actividades me gustaron mucho y pienso que fueron de mucha productividad para los niños pues les permitió reconocerse, auto descubrirse e identificar aquellos aspectos en los que quieren mejorar.

También observé a los niños muy contentos y satisfechos; se veían muy felices de leer las cualidades de sus compañeros y de ellos también escuchar de boca de los demás las cosas lindas que escribieron.

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

Motivando la reflexión acerca de sus propias cualidades, de lo valiosos que son, haciéndolos conscientes de que son únicos en el universo. Conversamos mucho sobre aquellos aspectos que nos hacen especiales, de lo importante que es querernos, aceptarnos y reconocer que todos podemos mejorar como seres humanos. En ocasiones los chicos, especialmente las niñas, suelen quejarse mucho del físico y la apariencia; en esos momentos, los motivaba para que apreciaran todo lo bueno que les rodea. Escuchamos también la canción “Gracias a la vida”; analizamos la letra y comentamos de manera grupal si estábamos de acuerdo con lo que dice la canción. Puedo afirmar que fue un antes y un después de la canción; reflexionaron sobre muchos aspectos que no habían considerado como, por ejemplo, el poder escuchar las voces de las personas que amamos, los diversos sonidos de la naturaleza. Lo afortunados que somos de poder andar y desplazarnos a donde queremos ir, en fin, de estar vivos. Después de analizar la canción con consciencia, resulta imposible no valorarse y estar preocupado por el aspecto físico.

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

Porque se quieren, porque se valoran, porque conforme hemos ido realizando las diversas actividades se han ido concientizando sobre la importancia de ser amable, asertivos, comenzando por nosotros mismos.

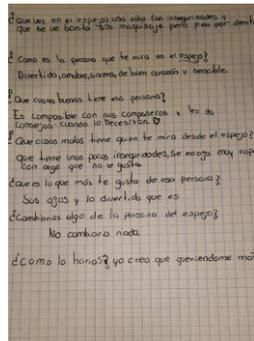
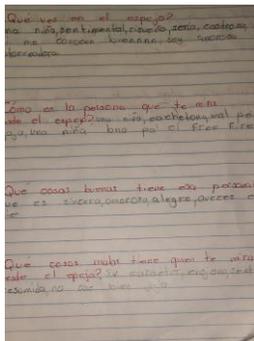
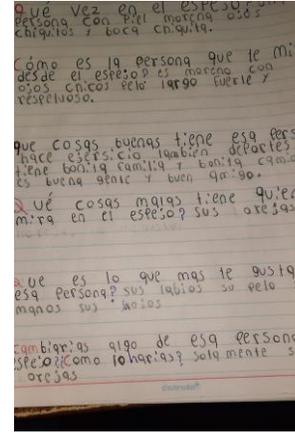
Porque se reconocen como seres que merecen amor y respeto y porque saben que para relacionarnos sanamente con los demás es fundamental auto conocerse y saber gestionar las emociones.

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

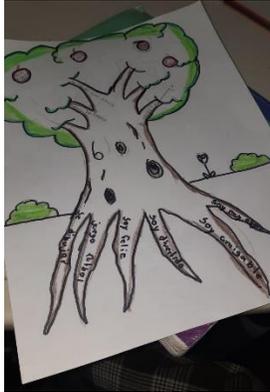
Definitivamente cuando escuchamos, analizamos y cantamos la canción “Gracias a la vida”, porque esta canción nos conduce a todos a ser felices y a ser agradecidos por todo lo que somos y poseemos.

También la actividad de “El regalo” porque nos permitió a todos a reconocernos, querernos y aceptarnos. Son actividades que podré retomar y volver a ellas, a su análisis cada que considere necesario.

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



Estas imágenes corresponden a la actividad “El regalo”. En las primeras 2 fotografías observamos a los niños mirarse detenidamente en el espejo, reconociendo a quien les devuelve la mirada. Las otras tres fotografías corresponden a algunos escritos con las respuestas planteadas en la actividad.



Estas imágenes corresponden a la actividad “Un paseo por el bosque”. En las primeras fotografías observamos algunos dibujos de los árboles de los alumnos; en ellos anotaron sus cualidades, las cosas buenas que hacen y sus éxitos o logros. En las imágenes de abajo se aprecian a los alumnos leyéndose en voz alta lo que anotaron en sus árboles.

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.					