



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

### Módulo 3

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

#### Personales:

**Alegría:** Sentí una inmensa alegría al ver la sorpresa y felicidad de los alumnos cuando se dieron cuenta de que el "retrato" en el espejo era su propio reflejo. Sus reacciones emotivas me llenaron de satisfacción.

**Orgullo:** Me sentí orgullosa al observar cómo los estudiantes reconocieron y reflexionaron sobre sus cualidades positivas durante las actividades.

**Empatía:** Experimenté una profunda empatía al escuchar a los alumnos compartir sus sentimientos y reflexiones sobre la autoestima y cómo rara vez se les dicen cosas positivas sobre sí mismos.

#### De los estudiantes:

**Sorpresa:** Los alumnos se mostraron sorprendidos y asombrados al descubrir su propio reflejo en el espejo y al leer las cualidades positivas.

**Entusiasmo:** Hubo momentos de emoción intensa, con algunos estudiantes incluso llorando de alegría al sentirse valorados y apreciados.

**Auto-reflexión:** Los estudiantes reflexionaron sobre sus propias cualidades y logros, lo que les ayudó a reconocer su valía y habilidades.

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

**El retrato:** Al verse reflejados en el espejo y leer mensajes positivos, los estudiantes experimentaron una afirmación directa de sus cualidades y valor personal. Este ejercicio ayudó a que se reconocieran como individuos valiosos y únicos.

**Arcoíris de cualidades:** Colorear el arcoíris y escribir sus propias cualidades en las nubes permitió a los alumnos centrarse en sus aspectos positivos y visualizarse a sí mismos de una manera positiva.

**Un paseo por el bosque:** Al crear y plantar su árbol con sus habilidades y logros, los estudiantes visualizaron su crecimiento personal y los frutos de sus esfuerzos, lo que refuerza su autoestima al reconocer sus capacidades y éxitos.

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

Mis alumnos reconocen qué es la autoestima y saben cómo trabajarla porque las actividades les permitieron experimentar directamente la afirmación positiva y la auto-reflexión. Al verse reflejados en el espejo con mensajes positivos y al plasmar sus habilidades y logros en el árbol, comprendieron la importancia de valorarse a sí mismos. Además, las reflexiones grupales y personales les ayudaron a entender que la autoestima se puede construir y fortalecer al reconocer y celebrar sus propias cualidades y éxitos.

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

En el primer foro, comenté sobre la estrategia que estaba llevando a cabo en mi grupo, trabajando el ámbito socioemocional por medio del arte. Considero que todas las actividades que apliqué con apoyo del curso tuvieron un impacto significativo en mis alumnos. Estas actividades se integraron perfectamente en la estrategia que venía trabajando y me abrieron el panorama sobre la diversidad de enfoques que podemos llevar a cabo, así como el impacto que tienen en nuestros estudiantes.

Continuaré reforzando esta práctica mediante actividades semanales en las que los estudiantes puedan reflexionar sobre sus cualidades y logros, y recibir afirmaciones positivas de sus compañeros y de mí. Por ejemplo, seguiremos utilizando el "árbol de logros", donde los estudiantes pueden añadir nuevos "frutos" que representen sus logros y habilidades en desarrollo. Esto ayuda a reforzar continuamente su autoestima y a celebrar sus progresos.



Además, estas prácticas continuarán siendo una parte integral de nuestro entorno de aprendizaje. Los estudiantes seguirán participando en actividades que fomenten la auto-reflexión y el reconocimiento de sus propias cualidades, contribuyendo así a un ambiente positivo y de apoyo.

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



Se les menciono a los alumnos que se había colocado dentro del mueble el retrato del alumno del salón que era... se mostraron imágenes las cuales decían, brillante, talentoso, feliz, valioso y único.



Pasaron de uno por uno a abrir el mueble y ver quien se encontraba dentro, al abrirlo veían su reflejo y el mensaje tu eres. Cerraban el estante y no podían mencionar a quien habían visto, solo decir "si es" o "no es"



Para finalizar se les entrego un arcoíris a los alumnos el cual colorearon y en las nubes escribieron dos cualidades que tenían colocándolo alrededor del espejo que decía "yo soy" .

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



Se les entregó a los alumnos las partes de un árbol para colorearlo y armarlo, (tronco, ramas, follaje y frutos). Se les pidió en el follaje escribieran las cosas en las que eran buenos, en los frutos los éxitos o triunfos que han logrado hasta ahora.

Una vez descritas las cualidades personales, se salió al patio a plantar su árbol, colocándolo alrededor del árbol central del patio de la escuela. Al colocar todos los árboles, salimos todos para poder verlos, leerlos y dar 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
<b>Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales generados por las actividades realizadas.</b>					
<b>Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 3.</b>					
<b>Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 3.</b>					
<b>Integra evidencias gráficas y explicación de los ejercicios realizados en colectivo.</b>					