



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

PERSONAL (PTP)

Módulo 3

1. Pensamientos y emociones de las actividades realizadas.

En la actividad titulada “Un paseo por el bosque”, los alumnos experimentaron **agrado** por la actividad, dibujaron un árbol con sus raíces, ramas, hojas y frutos, se les solicitó que en las raíces escribieran sus cualidades, en las ramas las cosas positivas que han hecho y en los frutos su triunfos y éxitos.

Cuando empezaron anotar algunos alumnos se **angustiaron** porque no sabían qué responder, hasta que se les dio algunos ejemplos.

En el desarrollo de la actividad los alumnos mostraron **alegría y entusiasmo** por poder compartir con sus compañeros sus logros y cualidades, descubrieron cosas nuevas que no conocían del otro, como decir frases en coreano, lo cual fue novedoso para ellos. Otros compartieron que han ganado campeonatos de fútbol, otros que lograron terminar el ciclo con buenas calificaciones, entre otras cosas.

Los **motivé** diciéndoles que todos tenemos cosas buenas y que somos únicos. Por lo tanto, cada uno de ellos es una persona especial. Algunas de las respuestas fueron que son amables, alegres, buenas personas, bonitas, felices, amorosas, tiernas, respetuosos, amigables, entre otros.

Estas actividades **me han permitido sentirme satisfecha** porque los alumnos se integran adecuadamente a las dinámicas. Incluso alumnos que generalmente son muy tímidos se involucran y se relacionan con sus compañeros. Además, a través de estas actividades, logro identificar sus emociones y aquellos a quienes les cuesta trabajo reconocer cosas positivas de sí mismos. He logrado mantenerlos motivados y participativos a todo el

grupo, a pesar de que son adolescentes que difícilmente logran compartir partes de sus emociones.

Al concluir la actividad les pedí que pegarán en la pared su árbol y todos emocionados lo hicieron compartiendo el resultado con sus compañeros.

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

Durante las actividades "Un Paseo por el Bosque", se promovió el desarrollo de la autoestima en los alumnos de diversas maneras, contribuyendo a su crecimiento personal y emocional. A través de estas actividades, los alumnos experimentaron emociones clave que fortalecieron su autoimagen y su confianza en sí mismos tales como:

- 1. Agrado:** En la actividad "un paseo por el bosque", los alumnos sintieron agrado por la actividad, realizaron muy buenos dibujos.
- 2. Alegría:** Cuando los alumnos empezaron a compartir sus logros y cualidades.
- 3. Empatía:** En esta ocasión mostré comprensión cuando los alumnos no sabían y identificar sus cualidades en comparación con las cosas negativas que han hecho, les di un poco más de tiempo para que realmente hicieran una autorreflexión y con ayuda de preguntas como ¿qué cosas has hecho esta semana que te hicieron sentir orgulloso?, ¿qué cosas ya haces por los demás? ¿Qué te caracteriza como persona? Lograron aterrizar sus ideas.

3. Hoy tus alumnos reconocen qué es la autonomía y saben cómo trabajarla para desarrollarla, ¿por qué?

Sí, hoy mis alumnos reconocen qué es la autonomía y saben cómo trabajarla para desarrollarla. Esto se ha fomentado a través de las distintas actividades realizadas en los módulos anteriores y, en específico, a través de actividades como "Un Paseo por el

Bosque," que han sido diseñadas para promover la autorreflexión, el autoconocimiento y la toma de decisiones independientes.

Los sentimientos que se generaron durante estas actividades fueron variados y significativos. Manifestaron **alegría** al compartir sus logros. Además, experimentaron **satisfacción** al aceptarse tal y como son, comentando que no cambiarían nada de su persona porque se sienten orgullosos de sí mismos.

Fue **emocionante escuchar** cada una de sus respuestas y ver que, saben identificar las cualidades positiva o negativa que tienen como persona. Estas experiencias han sido fundamentales para el desarrollo de la autonomía.

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

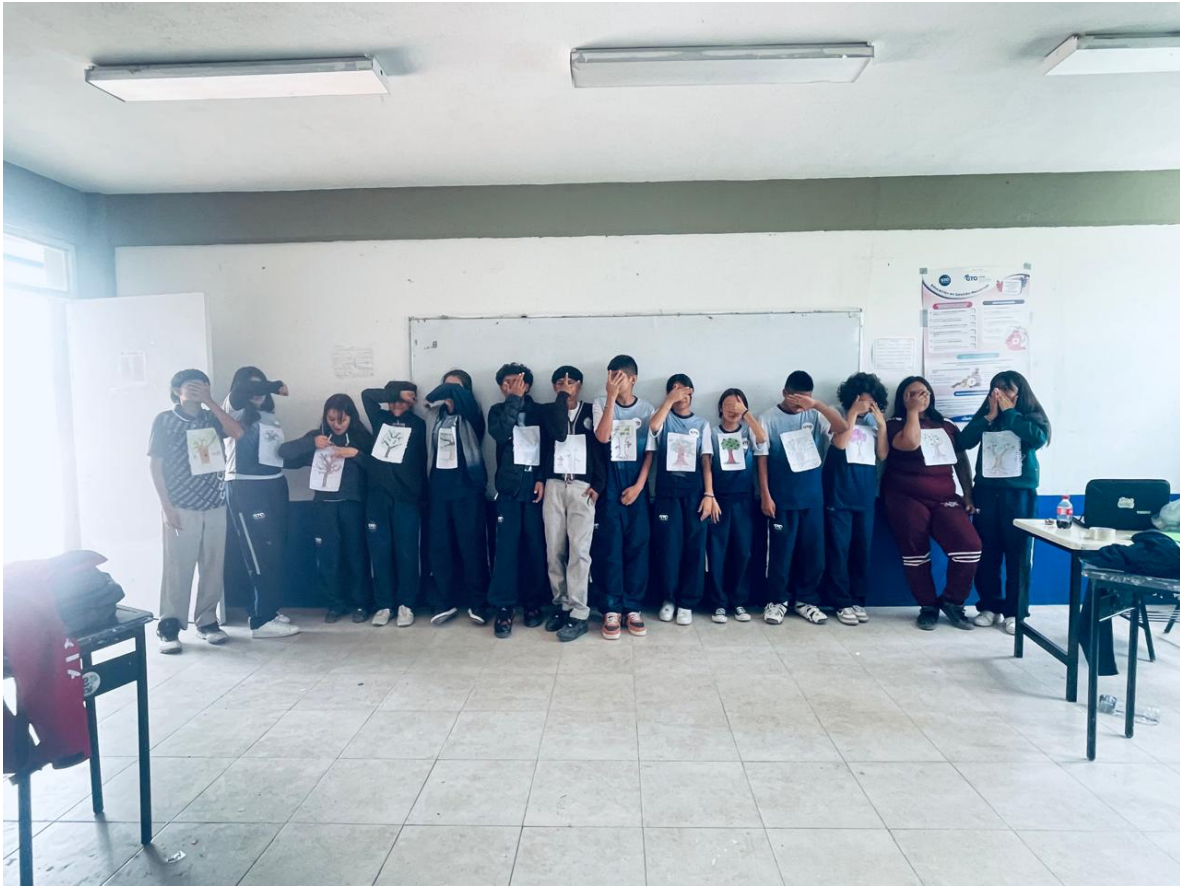
Cada una de las actividades han sido significativas, especialmente "Identificando los tipos de líder" y "autonomía emocional." La primera me permitió explorar y reflexionar sobre quiénes, entre las personas que conozco, son líderes formales, informales y ocasionales. Me enfoqué en mi centro de trabajo y, a través de situaciones específicas, pude determinar quién es un líder y en qué momentos lo ha sido. Considero que en nuestro centro de trabajo debemos respetar las decisiones de nuestro líder formal (el director), ya que en ocasiones no seguimos sus indicaciones adecuadamente.

En cuanto a la actividad de "Autonomía Emocional," aprendí a identificar mis características personales, así como mis necesidades físicas y emocionales. Me di cuenta de que, en ocasiones, descuido mi salud debido al trabajo, lo cual es contraproducente, ya que sin una buena salud no podría realizar mis actividades de manera adecuada.

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









RÚBRICA PTP M₃

Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión
--

	Insuficiente	Suficiente	Satisfactorio	Destacado	
Indicadores	1	3	4	5	Observaciones
Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales que generaron las actividades realizadas.				X	Se identificaron sentimientos y emociones que se generaron en los alumnos y en mi persona.
Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades de este mini proyecto 3.				X	Se dan a conocer tres acciones para el logro de las actividades durante su desarrollo.
Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 3				X	Se pusieron en práctica las actividades propuestas en el cuadernillo de actividades del módulo 3.
Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.				X	Se integran fotos de la realización de las actividades.