



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

### PERSONAL (PTP)

#### Módulo 3

##### 1. Pensamientos y emociones de las actividades realizadas.

La actividad que elegí para comenzar fue “El regalo”, en donde les comenté que les tenía un regalo, les realice la pregunta: ¿Qué creen que tenga adentro?, algunos dijeron que una sorpresa, que un juguete, que un pastel, etc., les dije que adentro había algo único y maravilloso, cada uno lo iba a abrir, pero no tenían que decir que había en la caja, hasta que pasaran todos sus compañeros. Puedo mencionar que yo me sentía muy entusiasmada por realizar la actividad, ya que es un ejercicio muy motivador y nos muestra a querernos a nosotros mismos, al darnos cuenta de que somos diferentes en lo físico, intelectual y sentimental. Y que por ello mismo somos únicos.

Las primeras reacciones fueron de sorpresa y miedo, no imaginaban ver su reflejo, se iban desconcertados, poco a poco se fueron plasmando sentimientos de felicidad, con esa gran sonrisa que se les caracteriza a mis alumnos.

Cuando pasaron todos y se llegó el momento de comentar qué había adentro, les hice la pregunta ¿Por qué eres único y maravilloso?, todavía había muchos alumnos que no entendían el concepto y uno de ellos dijo que el regalo que había adentro era ellos mismos. En este momento de la actividad se mostraron muy emocionados, dándose cuenta que el mejor regalo eran ellos mismos.

Hubo una alumna que contesto que ella era única y maravillosa porque, aunque tenía los mismo que los otros compañeros como el pelo, manos, pies, etc., ella tenía habilidades que otros compañeros no tenían. Otros mencionaron que porque tenían talentos diferentes o porque pensaban de diversa manera a los demás.

Concluimos con las preguntas sugeridas en la actividad, las compartimos reflexionando que todos somos diferentes, por lo cual nos hace únicos y maravillosos, y lo más importante debemos respetarnos.

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

Durante la actividad del paseo en el bosque, la desarrollamos iniciando con el dibujo del tronco del árbol, posteriormente con las raíces, ahí les mostré sus trabajos realizados como el de “palabras amables” eso les hizo recordar sobre sus cualidades ayudándoles a escribirlas en las raíces.

Algunos alumnos comentaron que ellos no sabían que tenían tantas cosas buenas, les mencione que en muchas ocasiones sólo vemos lo negativo de nosotros, sin darnos el tiempo de reflexionar que tenemos muchas cualidades positivas.

Ye en las hojas del árbol ellos pusieron cosas positivas que hacen, en algunos ejemplos pusieron: ser generoso, ser bueno en el examen, etc. Algunos alumnos presentaron problemas porque no sabían que hacían bien, ahí intervine, haciendo la pregunta a los compañeros ¿Sus compañeros que hacen bien?, comentando que eran buenos en redactar cuentos, en hacer dibujos, en educación física y otras actividades más. La cara de los niños al darse cuenta, de lo que sus compañeros decían era de asombro, no creían que ellos hicieran bien eso.

Ya en los frutos debían escribir sus logros obtenidos, aquí me gustaría mencionar que un pequeño se acerca a mí, poniendo como antecedente que el niño siempre es muy tímido. Me dice: “maestra yo no he logrado nada”, con esa expresión triste en su cara.

Le digo siéntate, ¿Me puedes ayudar a leer lo que dice en el pizarrón ¿, y él lo leyó, le mencione ese es un logro, como el que ahora te acerques a mí, a pedir ayuda, también has logrado hacer más amigos, a llegar a la escuela con mucho entusiasmo, a realizar sumas y restas mentalmente o lo mejor a construir tus esculturas de lego.

Cada vez que le mencionaba un logro él, iba cambiando su expresión sonreía más cada vez. Para desarrollar la autoestima me sirvió el reconocimiento de los demás hacia sus compañeros.

Comentamos que eso era autoestima creer en uno mismo, en saber de lo que somos capaces y sobre todo no rendirse ante las dificultades. Nuestras actitudes positivas y habilidades nos ayudarían a resolverlas dichas dificultades.

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

Si, reconocen la autoestima, ellos saben identificar sus fortalezas, sus habilidades y sus logros. Ellos trabajan sobre sus áreas de oportunidad en intentar realizar las actividades varias veces, hasta lograr conseguir el resultado final.

Para ellos es muy satisfactorio darse cuenta de lo que son capaces y sobre todo tener una actitud positiva, Controlando sus emociones y comunicándose de manera asertiva.

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

Me gustó mucho la actividad “Carta al futuro”, me cayó como un balde de agua fría, no me había percatado sobre él como me imaginaba en 5 años, no me había dado el tiempo de pensarlo.

Me hizo reflexionar que mis decisiones que tomo en la actualidad se reflejarán posteriormente y ahí debo tener cuidado. Fijarme metas para largo plazo.

Continuando con las actividades y pensando que un día voy a estar como en el cortometraje “Naturales”, me dejo un sabor agri dulce, porque sabemos que nuestros cuerpos se deterioran, pero las buenas acciones duran mucho más tiempo.



Tengo una profesión excepcional en el que cada día puedo dejar una huella, de mí depende si es negativa o positiva, para eso debo de valerme de las herramientas de control de las emociones, me encantaría dejar un poco de mi esencia a cada alumno que pasa por mis manos y sobre todo algún ejemplo que puedan seguir, además de que tengan un recuerdo de su maestra. Esta actividad fue un recordatorio de mi futuro.

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



### Rúbrica PTP 3

Instrumento para evaluar PTP del módulo 3				
Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión				
	<b>Insuficiente</b>	<b>Suficiente</b>	<b>Satisfactorio</b>	<b>Destacado</b>

Indicadores	1	3	4	5	Observaciones
<b>Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales generados por las actividades realizadas.</b>				X	
<b>Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 3.</b>				X	
<b>Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 3.</b>				X	
<b>Integra evidencias gráficas y explicación de los ejercicios realizados en colectivo.</b>				X	