



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

### Módulo 3

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

En este módulo se ha trabajado la autoestima, lo cual considero que es muy importante para poder desarrollarnos como personas. Para estar bien, primero es importante querernos y valorarnos a nosotros mismos. Estas actividades me han hecho reflexionar acerca de quién soy y además tener gratitud por lo que soy actualmente y lo que puedo llegar a ser. También me ha permitido ser sincero conmigo mismo y con quienes me rodean, puedo hablar abiertamente de quién soy y lo que me falta mejorar.

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

Las actividades propuestas permitieron a los alumnos hacer consciente para sí mismos la importancia que cada uno de ellos tiene. Compartir con sus compañeros cosas positivas acerca de ellos, los aspectos que los inspiran y los hacen sentir orgullosos.

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

Durante este módulo del curso se nos ha enseñado a valorar todo lo que tenemos, a estar agradecidos por lo que tenemos, ser conscientes de lo que podemos hacer. Generar consciencia de autovaloración en nuestros alumnos es sumamente importante. De esta manera formaremos alumnos más resilientes y con buenas habilidades socioemocionales para la vida.

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

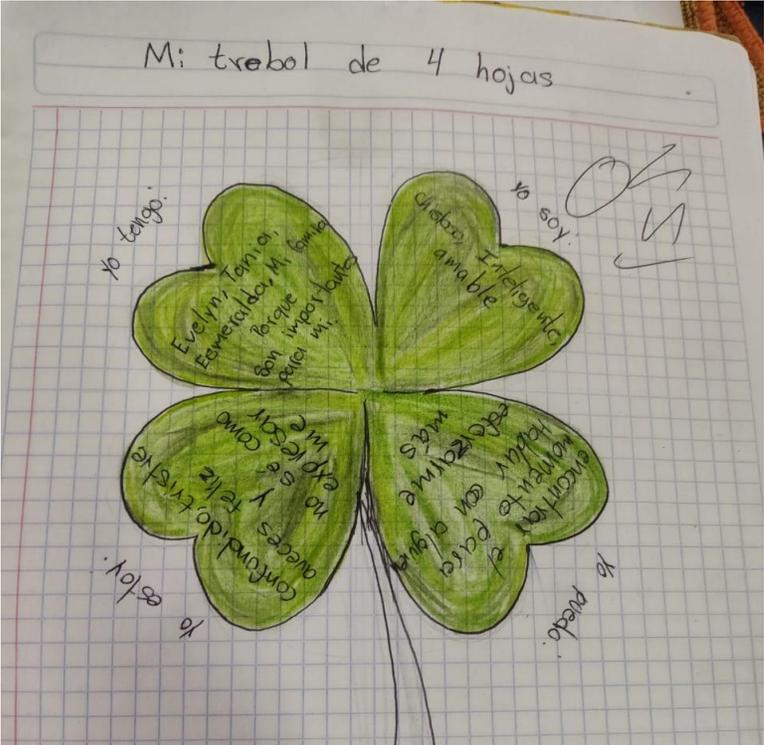
La actividad de “identificando al tipo de líder” me permite ahora identificar en mis semejantes si ellos son líderes. Además de saber qué tipo de líder soy yo como docente,

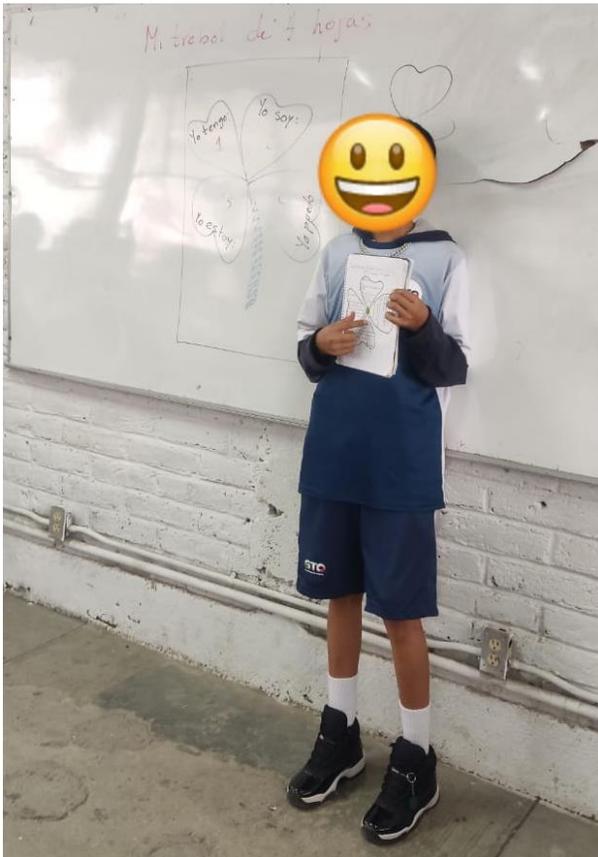
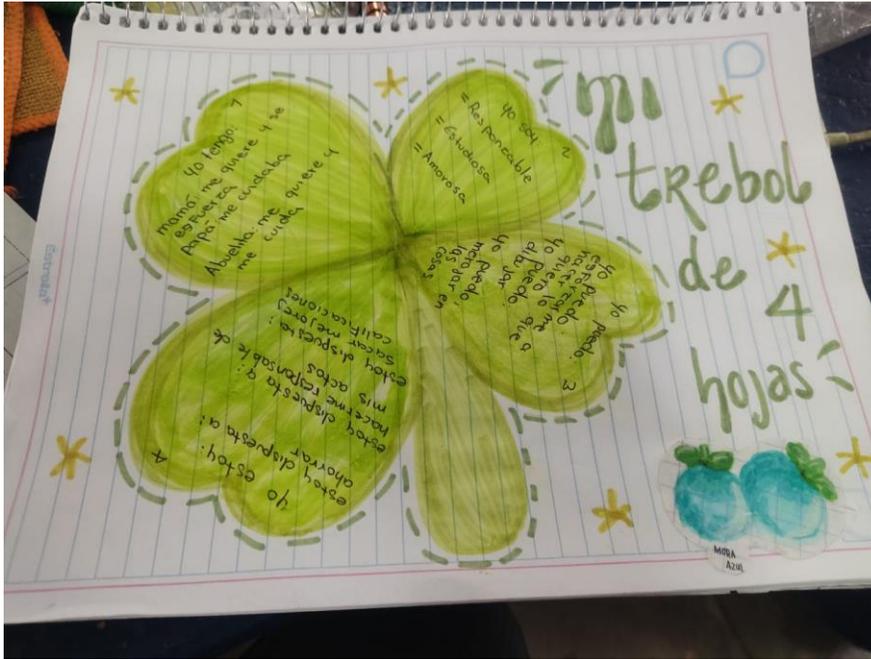
siempre buscando ser un líder positivo para mis alumnos y enseñarles que ellos también pueden mejorar como personas.

La actividad “la rueda de la vida” ha sido muy interesante, ya que me permitió saber si mi vida está balanceada o si hay algún aspecto en el que pueda mejorar. Es una actividad que me permitió hacerme consciente que debo enfocarme más en cuidar mi salud y disfrutar cada momento que paso con mi familia.

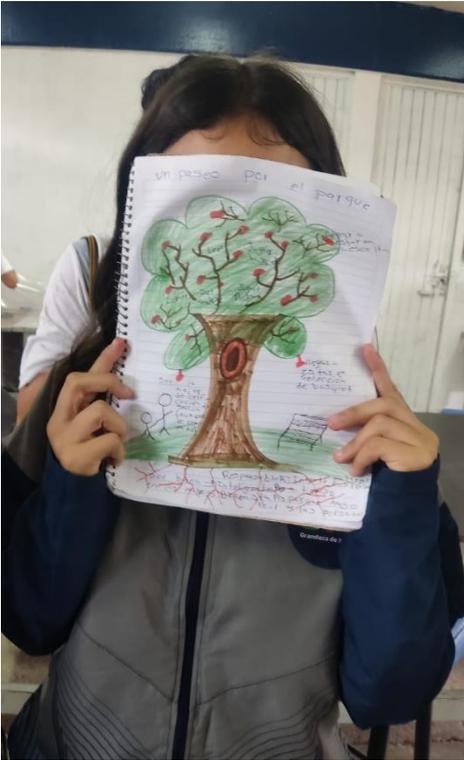
**1. Evidencia fotográfica o en audio de las actividades realizadas y descripción de cada una.**

**Descripción:** Se realizó la actividad “Mi trébol de 4 hojas”, los alumnos pudieron escribir en cada pétalo el “yo soy, yo tengo, yo estoy y yo puedo” lo cual los relajó mucho. Esta actividad fue interesante para ellos.





**Descripción:** Una vez que culminaron la actividad “Mi trébol de 4 hojas” algunos alumnos compartieron voluntariamente su trabajo con la clase. Sus compañeros los escucharon respetuosamente y con interés.



**Descripción:** Se realizó la actividad “Un paseo por el bosque”, se fue guiando esta actividad con todo el grupo. Les gustó dibujar el árbol y les sorprendió que a cada parte de este se le diera un significado con lo que anotaron en cada apartado.



**Descripción:** Después de terminar la actividad “Un paseo por el bosque” los alumnos compartieron entre ellos sus trabajos. Esta parte de la actividad también la realizaron de una manera muy proactiva y fue enriquecedora para todos.

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