



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 3

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

Durante el transcurso de este taller se han explorado la manifestación de emociones positivas, así como las que no son tan positivas, esto les ha ayudado a nuestros alumnos a encontrarse ellos mismos, conocer el que pueden expresar lo que siente, lo que son, así como el apoyo a autocontrolarse utilizando medidas como la respiración y consiguiendo la calma.

Educar a un niño es un camino complejo, un desafío desde varios puntos de vista, entre los que se incluye la gestión de las emociones, y justamente, en el proceso de desarrollar su autonomía emocional, con frecuencia se plantean retos particularmente exigentes; Una personalidad independiente y autónoma en términos emocionales nace de la seguridad y de la confianza de cada uno de nosotros. Cultivar estas capacidades desde la primera infancia es clave para que la persona se sienta segura, cada vez más y a lo largo de su vida, para tomar decisiones y conectar con lo que está viviendo en su interior. Esto es un reto dentro de la intervención docente, que ayuda a nuestros alumnos a ser autónomos, en la toma de decisiones con mayor seguridad y sobre todo la aceptación de ellos mismos al tener presente que todo lo que se propongan lo pueden alcanzar, generando mentalidades positivas como él yo soy inteligente, yo soy capaz, soy valiente, etc. que va construyendo una mentalidad sana y sobre todo competente al enfrentar cualquier situación y poder darle solución en base a esfuerzo, dedicación y lo más importante el tenerse uno mismo.

Dentro de las actividades aplicadas se puede apreciar el autoconocimiento que tiene el niño, donde como se aplicaron dentro de un grupo de 2do de preescolar, donde en la expresión de sus caras con respeto a la actividad “El regalo” y “Proyecto personal” fueron impactantes para los alumnos; el primero genero felicidad e impacto por saber que era importante para su maestra, ya que se les comento a los niños que en ese regalo existía al mejor estudiante del salón y que era el más importante para su maestra, el cual podía con todo como superhéroe afrontando cualquier adversidad, su expresión corporal decía mucho, unos se reían, otros

gritaron de emoción diciendo que eran ellos y otros voltearon a verme con su mirada de amor, diciendo gracias. Esta actividad fue muy emotiva saco muchos sentimientos y al compartir lo que pensaban dijeron que era un regalo tan bonito que ellos el lunes me iban a traer una sorpresa. La segunda actividad fue por medio de una exposición donde los niños se encontraron emocionados y ansiosos por compartir con sus compañeros sobre si mismos, donde hablaron de ellos apoyándose de fotografías, imágenes o dibujos, donde se exhibieron compartiendo sus gustos, quienes son su familia, que les gustaría ser de grande, así como lo que necesitan para poder llegar, con el apoyo de su familia, el seguir estudiando y sobre todo el tener en mente que nada es obstáculo y todo tiene solución. Estas actividades ayudaron a encontrarse a mis alumnos y a darse cuenta sobre todo que son muy importante y que todo lo pueden alcanzar solo con imaginarlo y trabajando en ello.

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

La autoestima nos permite aceptarnos y trabajar en beneficio propio; está en constante transformación pues cambia con lo que vivimos y con las maneras en que reaccionamos, con lo que deseamos en cada momento de la vida al sentir, pensar y tomar decisiones por sí mismo.

El trabajo del autoestima dentro del aula es de suma importancia para la adquisición del aprendizaje, donde nuestros alumnos se sientan capaz de resolver y participar de manera positiva en cada una de las actividades que se planean, para poder ayudar a nuestros alumnos debemos proporcionarle herramientas y así obtengan un elevado concepto de sí mismos. De esta manera, los niños logran ser capaz de hacer cosas, sentirse seguros, proponer ideas de lo que le gusta realizar, el pedir ayuda cuando lo requiere y a su vez son responsables de lo que llevan a cabo, considerando su responsabilidad y apoyando a sus compañeros a la vez, presentando un nivel de comunicación pertinente dándose a entender y a la vez brindando la ayuda que se requiere, especialmente cuando se trabaja en colaboración o en equipo. Lo anteriormente descrito se reforzó con las actividades propuestas dentro de este módulo, donde se pudo apreciar que los niños se sintieron importantes, amados y valorados, donde su

expresión corporal, sus gesticulaciones dieron muestra lo que cada una de las actividades estaban provocando en ellos.

Este modulo fue uno de los que fueron más significativos para mis alumnos, donde primeramente se encontraron con ellos mismos y el saber que es bueno conocer que son importantes para las personas que los rodeas, es más significativo que ellos sean importantes para ellos mismos; todo ello se fue reforzando a través de una escucha activa, el manifestar y dar a conocer sus sentimientos, así como el respetar tanto lo que ellos sienten como los de sus compañeros, el dejarles tomar decisiones adecuadas, donde ellos eligen y afrontan riesgos y el valorar sus éxitos, sus esfuerzos de manera positiva.

Estas son manifestaciones realmente importantes, ya que si no se cumplen no consiguen confiar en sí mismos, pero tampoco en los demás. Por este motivo, dentro de mi aula, existe un ambiente seguro y sano que ayuda a mis alumnos a crecer en ese ámbito escolar sano, donde pueden expresarse con respeto, seguridad y principalmente con confianza que con ello van construyendo un concepto de sí mismos de manera positiva e integral.

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

La importancia de llevar a cabo los compromisos personales y laborales que hemos asumido durante este taller, más allá de las técnicas y conocimientos adquiridos, hemos fortalecido nuestra capacidad para gestionar nuestras emociones, para ser más conscientes de nuestras necesidades y para establecer límites saludables que nos permitan desempeñarnos mejor en todos los ámbitos, tanto escolar, familiar, social y personal.

Las palabras y acciones influyen en el niño, donde ellos reaccionan al tono de voz, lenguaje corporal y a cada expresión. Al principio los niños observan y siempre están atento a las acciones que ellos mismos se desenvuelven y nosotros los adultos somos el ejemplo; después debemos dejar que los niños hagan lo que puedan, incluso si cometen errores, todo

comienza desde que lloran para comunicar que tienen hambre, el vestirse, leer o andar en bicicleta son oportunidades para hacer crecer la autoestima.

Los alumnos no muestran conciencia de que está construyendo su autoestima, pero si van distinguiendo acciones que son buenas, que no son buenas, aquellas que les gusta hacer y las que no; esto les va dando conciencia y con ello van construyendo su autoestima de manera inconsciente; esto es fundamental para que tengan la posibilidad de aprender, enfrentarse a la toma de decisiones, afrontar desafíos e intentar cosas y sentirse orgullosos de ellos mismos.

Al felicitarlos por sus esfuerzos es un motivante para ellos ya que trabajan con mayor entusiasmo y perseverancia para alcanzar sus objetivos mostrando sus fortalezas, habilidades y destrezas de lo que puede hacer y lo que requiere apoyo por hacer. Demostrar una actitud adecuada también es importante, siempre hacerlo de manera positiva ayuda a que nuestros alumnos vean ese reflejo y ellos mismo vayan construyendo su propio ambiente de trabajo e integración, donde los niños logren observar y tengan presente que lo que hacen es importante para otros que se animará a probar cosas nuevas y a hacer elecciones inteligentes.

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

La actividad que llevo siempre el expresar sus emociones que es muy importante para conocer la manera en como se sienten mis alumnos y a su vez las respiraciones profundas para mantener la calma, primeramente ante cualquier situación de esfuerzo físico , así como cuando se presenta alguna situación y antes de proseguir se tiene que tener serenidad para actuar, siempre con el apoyo e intervención mía (docente).

“Mi trébol de cuatro” Para esta actividad pedirás a tus estudiantes que repitan las frases que se encuentran en los recuadros de diversos colores “Yo tengo, yo soy, yo tengo, yo puedo”. donde realice algunas adecuaciones con respecto a que los niños mencionarán

algunas frases con respecto a lo que sentían o quisieran expresar a lo que ellos seleccionaban del recuadro.

“El regalo” para esta actividad, todos los que conforman el 2do grado de mi salón, se sorprendieron al ver su reflejo en el espejo, donde al descubrir quién era mi alumno más valiente, honesto, trabajador e inteligente se dieron cuenta que todos son y serán importantes para mí, se pudo apreciar mucho sentimiento donde los niños se reían, abrieron más sus ojos teniendo una expresión no verbal y si corporal que daban a conocer que estaban contentos y sorprendidos por lo que habían descubierto y el sentirse valorados.

“El proyecto de persona” proyecto que tiene la intención de demostrar la importancia y características de uno mismo, donde cada estudiante describió características importantes de ellos mismos, hablaron de sus gustos, de las personas más importantes de su vida que es su familia y principalmente de la perceptiva que tienen sobre lo que desean ser de grande; donde los niños se mostraron muy participativos los cuales les realizaron preguntas para ampliar la información, principalmente sobre sus gustos, familia y lo que desean ser de grande, sintiéndose muy importantes al dar información sobre ellos mismos, sintiéndose más seguros y confiados.

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



“El proyecto de persona”

proyecto que tiene la intención de demostrar la importancia y características de uno mismo



“Mi trébol de cuatro” Para esta actividad pedirás a tus estudiantes que repitan las frases que se encuentran en los recuadros de diversos colores “Yo tengo, yo soy, yo tengo, yo puedo”.



“El regalo”

Para esta actividad, los niños se sorprendieron al ver su reflejo en el espejo, donde al descubrir quién era mi alumno más valiente, honesto, trabajador e inteligente se dieron cuenta que todos son y serán importantes para mí, se pudo apreciar sus sentimientos y emociones con el lenguaje corporal.

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.					