



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

### Módulo 3

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

En general los niños estuvieron emocionadísimo al llevarles la caja, estaban super al pendiente de cuando iba a abrir el regalo. Estaban alegres, comentaban que ellos creían que dentro de la caja había dulces o monedas de oro, cuando les dije que era algo muy valioso. Se observaron niños en calma, además de que les puse otras actividades en la semana de movimientos y posiciones de yoga para niños “para aprender a calmarse y respirar”. las afirmaciones de momento las tuve que modificar un poco, para poder adaptarlas a su edad, son niños muy listos y nobles.

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

Me parece que durante las afirmaciones, por que al inicio del ciclo siempre hacíamos algo parecido como: “yo soy importante, yo soy capaz, yo soy un niñ@ inteligente, yo soy amoroso” y esto mismo ha favorecido al desarrollo de su autoestima, además que al motivarlos y felicitarlos los niños se sienten capaces y grandes, y pudiera decir yo, que en preescolar tenemos alumnos con buena autoestima, que tenemos que mantener un diálogo constante con papás para orientar a continuar con ese desarrollo de los niños.

Durante la actividad del espejo, creo que mientras les mencionaba cualidades, ellos decían que eran ellos y eso mismo cuando veían el espejo se sonreían.

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

Probablemente no como su nombre “autoestima”, pero ellos saben, conocen y mencionan la importancia de cuidarnos. Debemos de aprender a cuidarnos, cuidar nuestro cuerpo, cuidar nuestro corazón (emocionalmente), rodearnos de personas con las que nos sentimos a gusto, saber expresar cómo nos sentimos: cuando estamos tristes, alegres e incluso enojados, aprender a respetar a los demás cuando estamos enojados y respirar para encontrar calma, eso es lo que mis niños conocen cómo cuidarnos y querernos.

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

La actividad de la rueda de la vida, me confronta con aspectos que de momento no creí que estuviera tan desbalanceada, pero creo que debido a la situación misma que familiarmente estoy atravesando ha sido complicado desde el mes de junio, sentirme estable o equilibrada. Pienso que este tipo de materiales debemos de tenerlos disponibles todo el tiempo, para evaluar y explorar nuestra vida, que nos está haciendo falta atravesar, y en lo personal me sirvió para abrazar este momento, esta preocupación y darme cuenta de que en ocasiones cuando estoy mejor, no soy tan consciente y no lo valoró. también me ayudó para ver que áreas puedo mejorar, qué necesito para hacerlo y cómo voy a hacerlo. El video también de “naturales”, un cortometraje muy bonito en donde pude reflexionar sobre la importancia de la huella que dejamos en nuestros niños, como somos inspiración para muchos de ellos. “Un paseo por el bosque” fue otra de las actividades significativas pero lo modifique con mis niños, y cada que caminaban por el salón y detenía la música, ellos tenían que decirle al compañero: Tú eres, y decir algo lindo sobre su persona y entonces escuche como; Tu eres mi amiga, tu eres bueno, tú eres el mejor saltador, tu eres el que me compartes de tu lunch, tú eres mi amigo, tu eres sonriente, tú eres alegre, etc

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



Actividad: El regalo, Primero les comenté a los niños que había traído el día de hoy un regalo muy bonito, que adentro estaba algo que era muy valioso para mí. que era algo lindo, ¿qué creen ustedes que tengo aquí adentro ? y ellos decían dulces, monedas de oro, una mascota, tu conejo, galletas. etc. y les mencioné: pero es algo muy valioso, grande y fuerte, es algo lindo, amoroso ¿les gustaría ver lo que hay dentro? y comencé a llamarlos de 1 en 1, hasta que vi sus caritas de emoción y sorpresa y regresaban a sentarse sin decir nada.

Al terminar de pasar todos, reflexionamos con las preguntas:

¿Qué había dentro de la caja? - un espejo.

¿Cómo era eso que se veía en el espejo? - chistoso, bonito, muy hermoso.

¿ A ti te gusta verte en el espejo? - si. ¿por qué? - por que estoy muy guapo, por que me veo bonita, por que cuando me veo en el espejo mi má me peina. etc.

¿Qué cosas buenas tiene esa persona? - Es fuerte, es amable, que soy muy veloz, que juego con mis amigos.

¿Qué es lo que más te gusta de esa persona? - mi cara, mi nariz, mi sonrisa, yo.

Fue una actividad bonita y sorpresiva, pero retroalimentadora y me gustaría implementar en cada ciclo escolar para ver qué piensan mis niños de ellos mismos.

## 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>					