



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

**Participante: Nadia Ortega Álvarez**

### **Módulo 3**

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

En mi grupo de 3°B realice las actividades, “El regalo”. Iniciamos de tal manera que el grupo estuviera en un momento de tranquilidad para que realizaran la actividad indicándoles que formaran una círculo para que todos y todas escuchemos sus participaciones. Comenzamos indicándoles a mis estudiantes que dentro de esa bolsa de regalo se encuentra el contenido más hermoso y valioso que puedan imaginar, enfatizando, que es difícil encontrarlo en una tienda, tampoco sus familiares tienen algo igual de importante. Posteriormente les pregunte acerca de lo que imaginaban en ese regalo o qué les gustaría que fuera.

Los NN decían, un libro, un reloj, un pastel y claro, les hacía más preguntas invitándolos a reflexionar, -piensen que puede estar ahí dentro, que cabe ahí dentro. Enseguida, les platiqué que pasarían de uno en uno a observar el contenido del regalo, que lo observarían bien(reflejo) y les sugerí no decir de qué se trataba hasta que todas/ todas hayan pasado. Al pasar cada estudiante, observe asombro, sorpresa, nervios, algunos/as emoción, felices y después de ver el regalo, sonrisas y tranquilidad. Una vez finalizada la ronda, les pregunte, - ¿les gusto el regalo? Y algunos muy seguros dijeron -Sí, di por hecho que hablaban de ellos y ellas, díganme que vieron, al contestar un espejo y nosotros/as nos reflejamos. Les confirme, ven que es muy valioso el regalo y no hay otro igual que puede existir, después de dialogar respecto a la actividad, al finalizar les hice una serie de preguntas, nuevamente les recordé, atentos a la escucha, por turnos dieron respuesta a cada una. A manera de conclusión todos y todas están contentos con su persona asegurando que son buenos niños y niñas, lo único que uno que otro cambiaría es su nombre, no les agrada mucho. En relación a sus respuestas a la actividad les comenté que eso es tener una buena autoestima, que es esa forma de aceptarse y sentirse seguros de lo que hacen sin miedo y decir -yo puedo- y la importancia de querernos, así como somos, de ser positivos y de cuidarnos.



Otra de las estrategias que aplique fue “El proyecto de persona”, realizamos una retroalimentación de las actividades que hemos realizado, sus participaciones fueron muy satisfactorias y más concretas, además incluimos la autoestima, tema relacionado con la actividad anterior, como introducción a la actividad, les pedí recordaran el apoyo de las personas que los y las apoyarían en sus actividades para inicio de este ciclo escolar que están a punto de concluir y reflexionarán si se cumplió el objetivo de apoyo, esto con la finalidad de reflexionar en lo importante de cumplir sus metas y pedir el apoyo si lo requieren, muy pocos dijeron que no, que les faltó responsabilidad, después de reflexionar, partí para esta estrategia, proporcioné a cada estudiante una hoja blanca, sugerí escribieran sus datos y la dividieran en 4 partes, en la parte de arriba se dibujarán y describirán de manera detallada tanto física como sus fortalezas y en la parte de abajo escribir lo que quieren ser de grandes y de quien necesitan el apoyo para lograrlo (qué tipo de aportación solicitan de los demás para alcanzar la meta). Para realizar la actividad salimos del salón y trabajaron bajo los árboles sentados en comedores. Observé que lo hacían con mucho entusiasmo, más seguros para describirse, al monitorearlos les hice hincapié en la gran importancia de trabajar en nuestra propia autoestima y autoconocimiento. Ya que, todos y todas terminaron, pasamos al salón, y les hice la invitación a participar en su actividad, al leer algunos NN sus trabajos note mejoría, pues escuché varios adjetivos que los describían y sobre todo la emoción de decir lo que les gustaría ser de grandes, los incite a confiar en ellos y en ellas, en luchar por sus objetivos y creer que lo pueden lograr. Los invité a reconocer lo positivo de cada uno, posteriormente se expusieron los trabajos dentro del salón colocados en el contorno del pizarrón para que todos y todas lo puedan visualizar. El objetivo de las actividades se logró de manera satisfactoria, se abarcaron acciones importantes, su comunicación fue asertiva, escucharon con atención, quedaron contentos reconociendo el valor de su persona y lo capaces que pueden llegar a ser para desempeñar lo que les gusta y desean. Para terminar, aplique una actividad de agradecimiento hacia un familiar, ellos y ellas eligieron a papá o mamá, redactaron su gratitud, además realizamos una sencilla manualidad para expresar su amor.

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

Se promovió un entorno de apoyo, se fomentó el crecimiento personal y reconoció los esfuerzos y logros individuales de manera positiva. Esto ayudo a fortalecer la confianza y la percepción positiva

que los estudiantes tienen de sí mismos, retroalimentación positiva elogiando los esfuerzos y logros de los NN, se refuerza la autoestima basada en el crecimiento personal. Se llevó a la reflexión sobre sus propios logros y fortalezas durante la actividad reforzando una imagen positiva de sí misma. Además, el trabajar en grupo y ser tolerantes con sus participaciones y la manera de expresar el respeto.

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

Cuando los alumnos reconocen qué es la autoestima y saben cómo trabajarla para desarrollarla, suele ser el resultado de mi esfuerzo consciente y del entorno escolar para promover el bienestar emocional y el desarrollo personal de los estudiantes, tienden a establecer relaciones más positivas y constructivas con sus compañeros, maestros y otros miembros de la comunidad educativa. Tienen más idea de lo que es trabajar en binas, equipo y en grupo, se organizan de mejor manera y piden su participación a cada integrante de equipo para desarrollar sus estrategias y todos/as sean considerados en las actividades a desarrollar y estén contentos/as y satisfechos/as con lo que desempeñan.

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

Todas las actividades me parecieron muy interesantes y significativas, la que me puso a analizar un poco más fue “La ruleta de la vida”, el saber definir qué tan satisfecho estoy en los aspectos sugeridos, considero respondí con certeza, pero también reconozco que tuve más seguridad en señalar el grado a cada aspecto y bueno mi resultado fue favorable, tiene congruencia con lo que pienso y logro hacer, otra actividad fue “Trabajando mi autonomía emocional” actividad que no había analizado tan profundamente, el amor, las emociones, son aspecto importantes para mantener un estado de ánimo positivo, la autonomía emocional es la capacidad de sentir, pensar y tomar decisiones por sí mismo. los propios valores morales, son competencias que bien aprendí en este taller, que siempre las debemos manejar.



Otra de las actividades “La escalera de la retroalimentación del docente líder” fue de flexionar en la forma de realizar retroalimentación con los estudiantes y tener el manejo de palabras adecuadas para poder motivar su mejoría en las actividades que realizan e incentivarlos a dar un poco más de su esfuerzo para mejorar su aprendizaje y sea significativo.

Cabe mencionar, que, este taller fue muy productivo y reflexivo, yo como docente tengo áreas de oportunidad que debo reforzar para desarrollar mi practica de la mejor manera, sin verlo como desanimo por tanta inseguridad que se vive actualmente, el proyectar una buena actitud y dar a conocer lo positivo, envuelve la emoción a los estudiantes para interesarse por sus aprendizajes.

Por otra parte, estaría muy satisfecha de lograr ser una gran líder en mi aula y en su momento con mis compañeros/as docentes, no solo beneficiaría a ellos/as, sino que también desarrollaría habilidades importantes que serían valiosas en mi vida académica y más allá.

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

“El regalo”



“El proyecto de persona”



La gratitud

