



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

### Módulo 3

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

Lo único que me queda claro es que los tiempos de Dios son perfectos, si bien me sentí un poco presionada por el tiempo que las actividades necesitan, créame 15 minutos no son suficientes, pues es un tema que a los alumnos les apasiona difícilmente quieren que termine.

Nos gustaron todas las actividades y casi en todas hubo una respuesta llena de entusiasmo y alegría, el ver a los alumnos sorprenderse de ser reconocidos por sus compañeros y ellos al darse cuenta de lo que representan en su comunidad es de verdad muy satisfactorio y me llena de alegría y emoción que yo los haya podido llevar a reconocerse, y valorarse, pues en la mayoría de los casos son chicos que por su edad y contexto social es más fácil criticar y descartar sus cualidades y emociones, o incluso llegar a verlas como algo negativo, por ejemplo “los niños no lloran”, y se dan cuenta de que no es así los niños pueden y deben llorar cuando sus sentimientos los lleven a ello y no tiene nada de malo.

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

En todo momento, las actividades nos proporcionaron una guía para ser reconocidos por lo que somos y representamos de forma positiva en nuestra comunidad y por nosotros mismo darnos cuenta de las fortalezas que poseemos y que tenemos que seguir cultivando para seguir creciendo, me incluyo por que desarrolle esta actividad en casa con mi familia.

Al mirarse al espejo con la curiosidad de que encontrarían un regalo hizo que los alumnos comenzaran a reflexionar sobre ellos y con ayuda de las preguntas fortalecimos y guiamos esa reflexión.

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

Si, los ejercicios de “El regalo” y “Mi trébol de cuatro” son actividades que ayudan a reflexionar todos los días sobre lo que somos y lo que podemos mejorar no solo en nuestro entorno escolar, sino que también en nuestra casa y comunidad.

Los alumnos aprendieron a reconocer sus cualidades y que todos tenemos la oportunidad de ser nuestro propio motivador y con simples frases cotidianas también ayudamos a otros a reconocer sus cualidades y que es trabajo de todos los días con actitud y ganas de ser una persona que se reconoce y conoce su emociones.

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

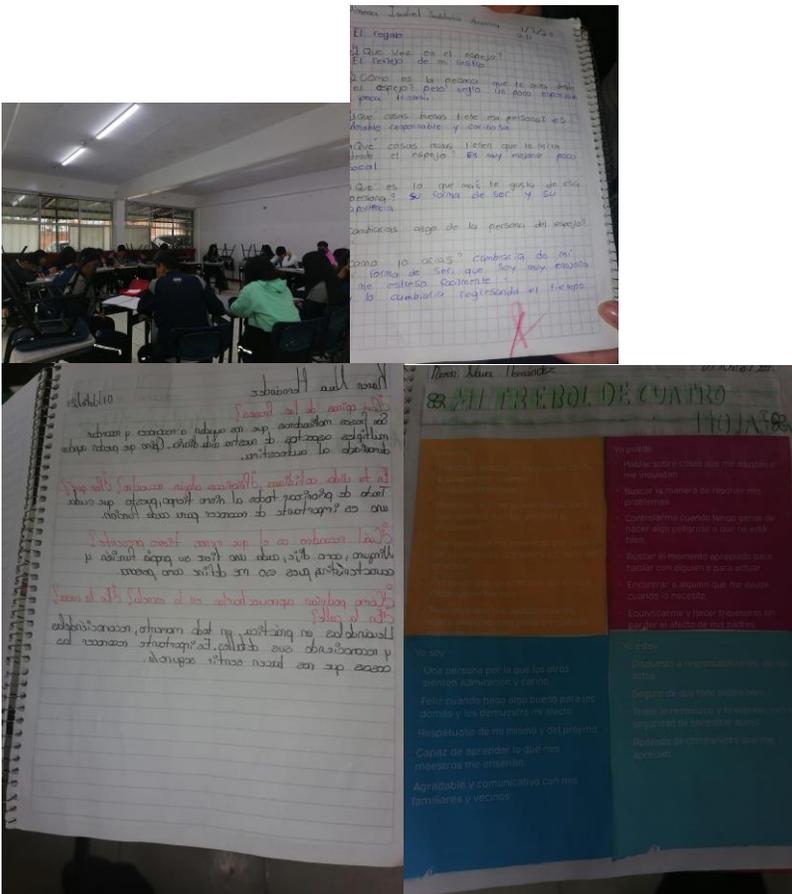
El regalo me parece la más práctica y fácil de realizar, pues todos los días nos ponemos frente a un espejo y nos vemos físicamente, pero no reflexionamos sobre quiénes somos y lo que queremos más allá de lo económico o físico, realmente no reconocemos las cualidades o virtudes de nosotros mismos. A veces hablamos o saludamos a las personas educadamente y destacamos sus cualidades de forma positiva y para nosotros solo tenemos reclamos y críticas destructivas, cuando deberíamos de ser amables y positivos primero con nosotros y luego con los demás, hablarnos bonito ayuda a mejorar nuestras emociones y mejorar la autoestima, nadie puede dar lo que no tiene. Así que al levantarme me “chuleo” y me digo buenos días a mi misma y me lleno de buenos pensamientos.

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

Los alumnos se organizan en un círculo para trabajar las actividades y compartirlas con sus compañeros viéndose de frente.



Una vez realizada las actividades se comunican algunos ejemplos con sus compañeros de forma voluntaria.



### 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>					