



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP) Módulo 3

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

#### EMOCIONES

**Alegría:** Observar el progreso y la participación activa de los estudiantes me ha llenado de alegría y satisfacción.

**Orgullo:** Sentir orgullo al ver cómo mis estudiantes han superado desafíos personales y han crecido emocionalmente.

**Empatía:** Conectar emocionalmente con las experiencias y reflexiones de mis estudiantes me ha generado una profunda empatía.

**Inspiración:** La disposición de los estudiantes para explorar y fortalecer su autoestima me ha inspirado en mi rol como educador.

**Gratitud:** Sentir gratitud hacia mis estudiantes por confiar en el proceso y por permitirme acompañarlos en su camino hacia una mayor autonomía emocional.

#### PENSAMIENTOS:

**Importancia del autoconocimiento en el aula:** Reflexioné sobre cómo estas actividades permitieron a mis alumnos conocerse mejor y apreciar sus propias fortalezas, lo cual era crucial durante la adolescencia.

**Impacto emocional positivo:** Pensé en cómo estas actividades fomentaron un entorno emocionalmente seguro y de apoyo en el aula, permitiendo que los estudiantes se sintieran valorados y respetados.

**Desarrollo de habilidades socioemocionales:** Valoré cómo las actividades ayudaron a los estudiantes a desarrollar habilidades importantes, como la empatía, la comunicación asertiva y la resolución de problemas, que eran esenciales para su crecimiento personal y académico.

**Planificación y mejora continua:** Consideré cómo podría adaptar y mejorar estas actividades para que fueran aún más efectivas en futuras clases, asegurándome de que se ajustaran a las necesidades y características específicas de mis alumnos de 12 y 13 años.

**Compromiso con el crecimiento profesional:** Reflexioné sobre cómo estas experiencias en el aula no solo beneficiaban a mis estudiantes, sino que también me enriquecían como docente, fortaleciendo mi práctica educativa y mi capacidad para apoyar el desarrollo integral de mis alumnos.

Las actividades realizadas en mi aula me han permitido observar de cerca el potencial que tienen los estudiantes para construir una autoestima positiva y proyectar un futuro brillante. Me conmovió profundamente ver cómo se describían a sí mismos, identificando sus fortalezas y logros con orgullo. Fue inspirador presenciar cómo se apoyaban mutuamente, reconociendo las cualidades positivas de sus compañeros y creando un ambiente de respeto y confianza.

La actividad del árbol fue una herramienta poderosa para el autoconocimiento y la autovaloración. La carta al futuro me permitió conocer las aspiraciones y sueños de mis estudiantes. Me emocionó leer sus planes para el futuro, llenos de esperanza y determinación.

**2.- ¿De qué manera se promovió el desarrollo de la autoestima durante las actividades llevadas a cabo?** Estas actividades fomentaron el desarrollo de la autoestima en los estudiantes a través de llevarlos a un proceso de autoconocimiento, el reconocimiento mutuo y la visualización del futuro. Ellos identificaron sus fortalezas y logros, compartieron sus cualidades positivas con sus compañeros, y plasmaron sus sueños y aspiraciones en una carta. Estas experiencias contribuyeron a fortalecer la autoimagen positiva, aumentar la confianza en sí mismos y crear un ambiente de aprendizaje positivo y respetuoso, donde todos se sintieron valorados y apoyados.

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

Considero que mis alumnos reconocen qué es la autoestima y cómo trabajar en su desarrollo gracias a varias razones fundamentales. Hemos dedicado tiempo para explorar y discutir qué significa tener una autoestima saludable, destacando la importancia de la confianza en uno mismo y el respeto propio. Además, hemos implementado actividades prácticas que les han permitido identificar sus propias fortalezas y logros, promoviendo así una reflexión personal profunda. También hemos trabajado con técnicas y estrategias concretas, como la autoafirmación y la gestión positiva del pensamiento, que les han proporcionado herramientas prácticas para fortalecer su autoimagen.

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

Estas actividades las he puesto en práctica continuamente en mi enseñanza. Integrarlas ha fortalecido la autoestima y la confianza de mis estudiantes, creando un ambiente donde se sienten seguros para expresarse y explorar sus emociones y fortalezas. Además, estas actividades han fomentado la empatía y el respeto mutuo dentro del aula, lo que contribuye a un ambiente de aprendizaje más positivo y colaborativo.

Un paseo por el bosque. Esta actividad permitió a los estudiantes explorar y reconocer sus propias cualidades, acciones positivas y logros a través de la metáfora del árbol. Fue especialmente significativa porque promovió un ambiente de apoyo mutuo y reconocimiento entre los estudiantes. Pude observar cómo se sentían valorados al compartir sus árboles y al recibir elogios por sus logros. Además, la reflexión posterior sobre cómo podrían seguir creciendo personalmente y en equipo fue muy enriquecedora.

El regalo. Esta actividad ayudó a los estudiantes a reflexionar sobre su propia autoimagen y autovaloración. El uso del espejo como herramienta para explorar sus percepciones de sí mismos les permitió identificar tanto aspectos positivos como áreas de mejora. Fue significativo ver cómo algunos estudiantes descubrieron nuevas cualidades positivas en sí mismos y cómo se sintieron al recibir elogios de sus compañeros por las características que más valoraban en ellos mismos.

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



Instrumento para evaluar PTP del módulo 3

**Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión**

Indicadores	Insuficiente	Suficiente	Satisfactorio	Destacado	Observaciones
Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales generados por las actividades realizadas			X		
Describe de manera específica tres de las acciones que llevó a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 3			X		
Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 3			X		Los tiempos y responsabilidades de fin de ciclo disminuyen condicionan el desarrollo de las actividades. la misma carga emocional del alumno y del docente hacen complejo este proceso
Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo				X	