



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 3

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

Actividad 1 “ Mi trébol de cuatro”

En esta actividad los alumnos expresaron distintos sentimientos al leer las frases y por consiguiente sus estados de animo variaron en algunos momentos pero predomino el entusiasmo, alegría, participación y compañerismo.

Actividad 2 “El regalo”

El regalo” pude sentir sorpresa, asombro, ternura y alegría al ver la reacción de mis estudiantes. Muchos de ellos pensaban que se trataba de dinero, de joyas, incluso de un invento. Muchos pudieron reflexionar en torno a la prioridad y lo verdaderamente importante en sus vidas más allá de las posesiones materiales.

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

La manera que se les ayudo en su autoestima fue que se mantuvo una comunicación fluida en todo momento con el alumnado para hacerles saber que cada esfuerzo que realizan les permite avanzar, se les hizo saber que son útiles por que son capaces de hacer distintas actividades y lograr su objetivo, también por medio de frases halagadoras que reciben se fomenta su autoestima como fue el caso en las dos actividades que se realizaron, se le hizo saber que puede ser verbal y no verbal ya que en ocasiones hay miradas que nos invitan a que podemos llevar acabo ciertas acciones que se piden las cuales nos hacen sentir bien y que podemos con lo que senos enfrenta.

Se elogiaron sus gesticulaciones con diferentes tipos de emociones de la actividad un regalo y esto también influyo en reforzar su autoestima lo cual permite que los alumnos desarrollen una educación emocional plena y sean mas seguros de sí mismos

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

Si, porque saben que deben utilizar frases positivas, reconocer logros de sus familiares, compañeros y gente que les rodea, incentivar el autoconocimiento, una comunicación asertiva en todo momento con familia, compañeros y cualquier lugar social donde se encuentren.

Saben que deben fomentar confianza, motivación frecuente con quien convivan para tener un bienestar emocional., sabe que debe ser amable y justo con los demás haciendo cosas que lo hagan sentir orgulloso del tipo de persona que es sabiendo que cuando haga cosas positivas por los demás por pequeñas que estas sean aumentara su autoestima y lograra una paz emocional.

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

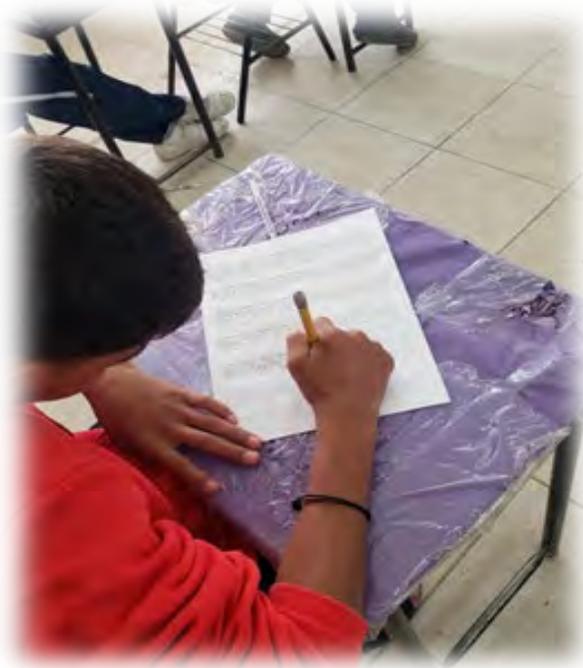
Lo más relevante de este módulo fue que los alumnos compartieron muchas de sus emociones como alegría, temor, tristeza, euforia, entusiasmo, preocupación, enfado, vergüenza, orgullo, pensativo y vivencias de los recuerdos que provocaron las actividades aplicadas, las cuales se pusieron en práctica por medio del autoestima que surgió por medio de la comunicación verbal y no verbal que se dio durante la actividad el regalo y lectura de frases.

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

Actividad 1 “ El regalo”

En esta actividad se llevó al salón de clase una caja de regalo y se compartió con los estudiantes que la caja contenía lo más valioso y hermoso de todo el mundo. Los alumnos participaron en cuanto a qué creían que contenía la caja y uno por uno pasó a ver el regalo sin mencionar lo que guardaba hasta que el último estudiante lo viera. Al término de visualizar el regalo los alumnos compartieron lo agradable, desagradable y cosas que les gustaría cambiar de ellos.





Telesecundaria 573
 "San Miguel de Jamaica"
 C.C.T.:11ETV0567D
 Ciclo Escolar 2023-2024

Alumn@: Ana Yaret González Rodríguez Grado: 2 Grupo: A'

2. El regalo

Indicaciones: Después de ver observado lo que contiene el regalo responde las siguientes cuestiones

* ¿Qué ves en el espejo?
Cuando abrí el regalo vi mi reflejo sobre el espejo

* ¿Cómo es la persona que te mira desde el espejo?
Estaba sorprendida por que no pense que iba a ser un espejo

* ¿Qué cosas buenas tiene esa persona?
Esa persona es muy amable con las demás y eso me gusta el como trata a sus amigos e igual que a las demás personas

* ¿Qué cosas malas tiene quien te mira desde el espejo?
Nadie tiene cosas malas todas somos valiosas

* ¿Qué es lo que más te gusta de esa persona?
Toda por que me queda como trata a las personas que forma de pensar y de ayudar a las personas cuando necesitan y apoyo

* ¿Cambiarías algo de la persona del espejo? ¿Cómo lo harías?
La pena por que cuando estoy con alguien que no conoce muy bien me habla por eso y no te contesta o trata de que no me vea

Telesecundaria 573
 "San Miguel de Jamaica"
 C.C.T.:11ETV0567D
 Ciclo Escolar 2023-2024

Alumn@: Maria Fernanda Rodríguez Sánchez Grado: 2 Grupo: A'

2. El regalo

Indicaciones: Después de ver observado lo que contiene el regalo responde las siguientes cuestiones

* ¿Qué ves en el espejo?
Lo que vi en el espejo fue mi reflejo

* ¿Cómo es la persona que te mira desde el espejo?
Es más alta, cabello largo y rizado, amable, creativa y tímida

* ¿Qué cosas buenas tiene esa persona?
Que es amable, simpática, estudiosa y creativa

* ¿Qué cosas malas tiene quien te mira desde el espejo?
dominadora, pero algunas veces mal genio, fastidiosa, a veces quisosa etc.

* ¿Qué es lo que más te gusta de esa persona?
Que es simpática y muchas veces creativa

* ¿Cambiarías algo de la persona del espejo? ¿Cómo lo harías?
Si su carácter, lo cambiaría siendo más simpática

