



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 3

TEMA: DESARROLLO DE AUTOESTIMA

María Gabriela Rodríguez González

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

El regalo, Mi trébol de cuatro y Un paseo por el bosque.

Pienso que estas actividades realizadas fueron sumamente relevantes e importantes para mí, ya que fueron muy acertadas y significativas, me siento muy feliz y satisfecha, pero, con el compromiso de seguir trabajando en la autoestima de mis alumnos para que logren reconocer lo valioso e importantes que son. Es sumamente importante fomentar la autoestima en los estudiantes para que logren reconocer sus cualidades, valorarse y amarse, fue muy gratificante y emotivo ver las expresiones de mis alumnos, sus emociones y sus sonrisas. Me siento muy agradecida por haber podido tomar este taller y aplicarlo con mis alumnos.

El regalo fue una de las actividades más significativas y enriquecedora para mí y para mis alumnos, esta actividad me provoco muchas emociones y sentimientos al ver los rostros y las expresiones de mis alumnos.

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

Considero que la autoestima se promovió de una manera muy acertada y enriquecedora, ya que lo principal fue hacerles saber a los alumnos que cada persona es única, valiosa y especial. A través de las actividades implementadas se logro que los alumnos identificarán sus cualidades, sus cosas positivas, sus logros y que reconocieran lo importantes que son, que se dieran cuenta que la autoestima es la valoración positiva que tenemos de nosotros mismos, que somos personas únicas, valiosas y auténticas., que debemos conocer y valorar nuestras características propias, cuando nos aceptamos queremos y cuidamos se fortalece nuestra autoestima, el cual se construye a lo largo de la vida mediante las relaciones con nuestros compañeros, familiares, amigos, maestros y demás personas.

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

Considero que los alumnos sí reconocen que es la autoestima, ya que con las actividades realizadas y las herramientas que se les han brindado han aprendido a reconocer sus cualidades y sus logros, a identificar lo valioso e importantes que son, en el transcurso del ciclo se ha estado trabajando arduamente para lograr que los alumnos se reconozcan y se valoren, que tengan seguridad y confianza en si mismos y en los demás. Poco a poco hemos avanzado y con este taller, he adquirido nuevas estrategias para aplicar con mis alumnos y seguir fortaleciendo su autoestima. Doy gracias por permitirme realizar este taller ya que me ha fortalecido a mí y a mis alumnos. Gracias.

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

Las actividades más significativas fueron: El regalo, mi trébol y un paseo por el bosque.



El regalo. Esta actividad fue una de las actividades más significativas y enriquecedora para mí y para mis alumnos ya que les permitió reconocer lo valiosos que son, descubrieron el regalo más importante y valioso que se puede recibir, me siento muy agradecida y feliz porque esta actividad permitió hacerles saber a los alumnos lo valioso que son. Fue sumamente gratificante para mí, ver sus expresiones de sorpresa y felicidad, incluso algunos hasta lloraron de la emoción y al escuchar decir gracias, maestra por el regalo tan valioso que me dio, fue muy emotiva esta actividad, les agrado mucho. Para iniciar les explique de que se trataba, les dije que el regalo era para cada uno de ellos, que contenía algo muy valioso único y especial, me empezaron a preguntar que era y les dije que ellos debían descubrirlo, les mencione que el regalo era solo para ellos y que no debían decir que había, pues era una sorpresa, se les pregunto que pensaban que había ahí dentro, algunos dijeron que dinero, otros amigos, otros dulces y así mencionaron muchas cosas, los alumnos empezaron a emocionarse de saber que encontrarían ahí dentro, comenzaron a pasar de uno por uno, y al descubrir el regalo se llenaron de felicidad, algunos hasta lloraron de la emoción, otros solamente decían gracias maestra el regalo si es muy valioso, algunos tenían inseguridad al pasar, pero ya cuando lo abrían su expresión les cambiaba y mostraban su sonrisa.



Mi trébol de cuatro. Esta actividad fue muy enriquecedora para mí y para mis alumnos, ya que con esta actividad pude darme cuenta de qué manera se perciben los alumnos así mismos y como los perciben los demás, conocer sus metas y sus proyectos, que les gustaría ser de grande, como lo lograrán. Se les explico la actividad, dibujaron en su libreta y escribieron y contestaron algunas preguntas, les pidieron a algunos compañeros que les escribieran como piensan que son o como los ven, se llevaron varias sorpresas pues no esperaban que sus compañeros vieran sus cualidades, al terminar compartieron en grupo.



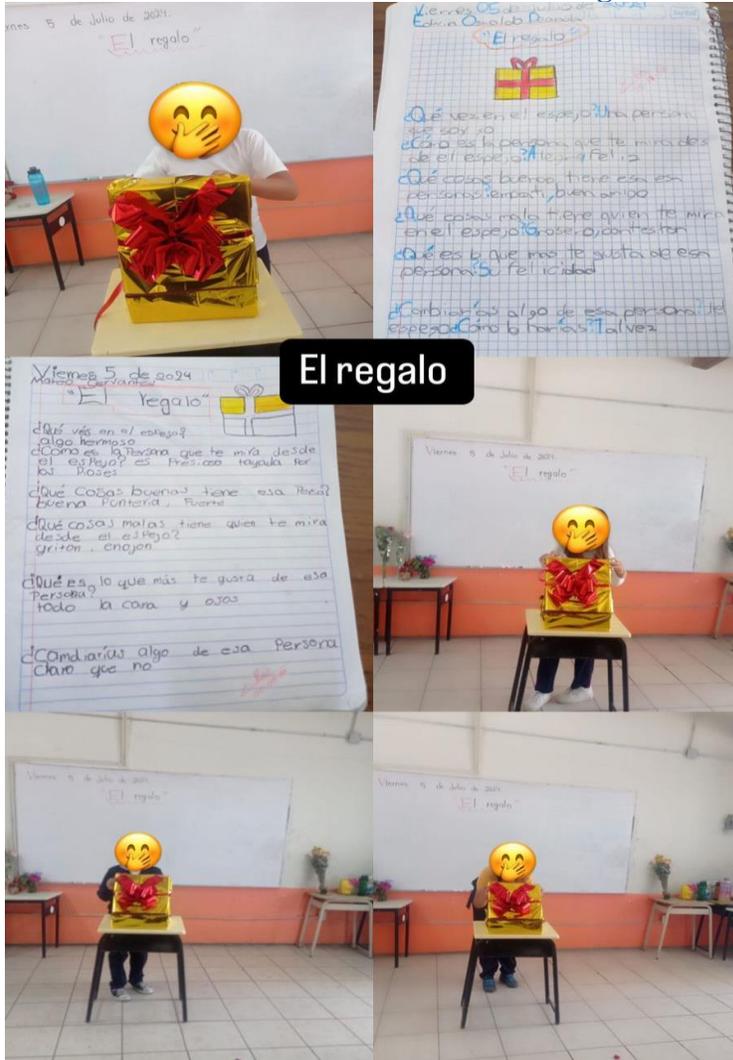
Un paseo por el bosque. Esta actividad también fue significativa, ya que al principio les costó trabajo a algunos alumnos reconocer sus cualidades, les explique que son las cualidades y les mencione algunas que yo veía en ellos y fue de esta forma como pudieron reconocerlas, para los niños fue muy grato ya que les permitió expresar y reconocer sus cualidades y sus logros, poder expresarlo a sus compañeros. Esto me llena de satisfacción de haberme dado el tiempo para tomar este taller y poder compartirlo con mis alumnos.

Primeramente les dije a los alumnos que imagináramos que la escuela era un bosque y que realizaríamos un recorrido por el bosque, se les pidió que dibujaran un árbol, les dije que este árbol iba ser especial ya que en las raíces escribían sus cualidades positivas en ramas las cosas positivas que hacen y en las hojas sus éxitos y triunfos, también les pedí que anotara a las personas que están en su vida y las apoyan, las inspiran o las guían para el logro de sus éxitos, al terminar su árbol lo expusieron con sus compañeros, se sentían muy contentos de ver sus cualidades, ya que algunos alumnos les cuesta trabajo reconocerlas., pero con esta actividad lograron reconocerlas, fue muy enriquecedora esta actividad, pues ayudo a mis alumnos a reconocerse.

Estas actividades las pongo en práctica al fomentar y fortalecer diversas habilidades como la empatía, la autonomía emocional, la autoestima, la escucha activa y el asertividad, la sana convivencia, para brindar un espacio agradable para que los alumnos se sientan, valorados y escuchados, que se sientan parte de. Agradezco la oportunidad brindada de recibir este taller para así poner en practica estas estrategias, las cuales considero que son muy significativas y enriquecedoras para mí y para mis alumnos, solo me queda agradecer por este taller.

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

El regalo



Para iniciar les explique de que se trataba, les dije que el regalo era para cada uno de ellos, que contenía algo muy valioso único y especial, me empezaron a preguntar que era y les dije que ellos debían descubrirlo, les mencioné que el regalo era solo para ellos y que no debían decir que había, pues era una sorpresa, se les preguntó que pensaban que había ahí dentro, algunos dijeron que dinero, otros amigos, otros dulces y así mencionaron muchas cosas, los alumnos empezaron a emocionarse de saber que encontrarían ahí dentro, comenzaron a pasar de uno por uno, y al descubrir el regalo se llenaron de felicidad, algunos hasta lloraron de la emoción, otros solamente decían gracias maestra el regalo si es muy valioso, algunos tenían inseguridad al pasar, pero ya cuando lo abrían su expresión les cambiaba y mostraban su sonrisa. Después contestaron las siguientes preguntas: ¿Que vieron en el espejo? ¿Cómo es la persona que vieron? ¿Qué cosas buenas tiene esa persona? Entre otras. y algunos alumnos las compartieron en el grupo. Excelente actividad.

Un paseo por el bosque.



Un paseo por el bosque

Primeramente les dije a los alumnos que imagináramos que la escuela era un bosque y que realizaríamos un recorrido por el bosque, se les pidió que dibujaran un árbol, les dije que este árbol iba ser especial ya que en las raíces escribían sus cualidades positivas en ramas las cosas positivas que hacen y en las hojas sus éxitos y triunfos, también les pedí que anotara a las personas que están en su vida y las apoyan, las inspiran o las guían para el logro de sus éxitos, al terminar su árbol lo expusieron con sus compañeros, se sentían muy contentos de ver sus cualidades, ya que algunos alumnos les cuesta trabajo reconocerlas., pero con esta actividad lograron reconocerlas, fue muy enriquecedora esta actividad, pues ayudo a mis alumnos a reconocerse.

Mi trébol de cuatro



Mi trébol de cuatro

Mi trébol de cuatro. Esta actividad fue muy enriquecedora para mí y para mis alumnos, ya que con esta actividad pude darme cuenta de qué manera se perciben los alumnos a sí mismos y como los perciben los demás, conocer sus metas y sus proyectos, que les gustaría ser de grande, como lo lograrán. Se les explico la actividad, dibujaron en su libreta y escribieron y contestaron algunas preguntas, les pidieron a algunos compañeros que les escribieran como piensan que son o como los ven, se llevaron varias sorpresas pues no esperaban que sus compañeros vieran sus cualidades, al terminar compartieron en grupo.

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
Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales generados por las actividades realizadas.					
Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 3.					
Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 3.					
Integra evidencias gráficas y explicación de los ejercicios realizados en colectivo.					