



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

### Módulo 3

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

Hablar sobre las emociones a través de actividades puede ser una experiencia enriquecedora. Aquí te dejo algunos pensamientos y emociones que pueden surgir durante estas actividades:

Autoconciencia Reflexionar sobre tus emociones te ayuda a conocerte mejor.

Empatía Compartir emociones con otros puede fortalecer las conexiones y la comprensión mutua.

Liberación Expresar emociones a menudo alivia la tensión y el estrés.

Vulnerabilidad Abrirse sobre sentimientos puede ser intimidante pero también fortalecedor.

Claridad Identificar y nombrar emociones puede ayudar a entender situaciones y reacciones personales.

Confianza Participar en actividades emocionales puede aumentar la confianza en uno mismo y en los demás.

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

Durante las actividades sobre emociones, el desarrollo de la autoestima se promovió de varias maneras:

Refuerzo Positivo Al recibir elogios y reconocimiento por compartir, se fortalece la autovaloración.

Autoconocimiento Reflexionar sobre emociones ayuda a reconocer fortalezas y áreas de mejora.

Expresión Tener un espacio seguro para expresar emociones contribuye a la autoaceptación.

Empatía y Apoyo Escuchar y compartir experiencias con otros fomenta un sentido de pertenencia.

Logro Personal Completar actividades que desafían el autoconcepto genera confianza en las propias capacidades.

Estas prácticas ayudan a construir una autoestima más sólida y positiva.

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

Mis alumnos de preescolar reconocen la autoestima y saben cómo trabajarla porque:

**Actividades Lúdicas** Usan juegos y dinámicas que enseñan sobre autovaloración de manera divertida.

**Modelado Positivo** Ven ejemplos de autoestima en adultos y compañeros.

**Refuerzo Positivo** Reciben elogios que fortalecen su autoconfianza.

**Reflexión Guiada** Participan en discusiones que los ayudan a identificar sus propias fortalezas.

**Ambiente Seguro** Se fomenta un entorno en el que pueden expresarse sin temor a ser juzgados.

Estas estrategias les permiten entender y desarrollar su autoestima de manera efectiva.

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

Creo que todas las actividades son significativas porque nos brindan herramientas de trabajo que nos dan una orientación acerca de como trabajar con nuestros alumnos y de que manera intervenir en situaciones complejas.

Son propuestas que pienso implementar como actividades permanentes con los pequeños y yo apporto algunas que me han servido, estas en especifico son para la autoestima solo trabaje algunas

**El Árbol de las Cualidades** Cada niño dibuja un árbol y escribe o dibuja cualidades positivas en las hojas.

**Círculo de Elogios** Los niños se sientan en un círculo y cada uno dice algo positivo sobre su compañero.

**La Caja de los Logros** Decorar una caja donde los niños guarden notas sobre sus logros y momentos de orgullo.

**El Espejo Mágico** Los niños se miran en un espejo y dicen algo bueno sobre ellos mismos.

**Historias de Superhéroes** Inventar historias donde los niños son superhéroes con habilidades especiales, enfocándose en sus fortalezas.

**Collage de la Autoestima** Hacer un collage con imágenes y palabras que representen cosas que les gustan de ellos mismos.

**Jardín de Flores** Cada flor representa una habilidad o una cualidad, y los niños las decoran mientras hablan de sus propias fortalezas.

Estas actividades no solo son divertidas, sino que también ayudan a fortalecer la autoestima en los pequeños.

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



los pequeños pasaron a exponer un trabajo sobre el reciclaje y sus compañeros tenían que decir cosas positivas de su trabajo y de su compañero.



fuimos creando nuestro jardín de las flores, esta actividad la realice por equipos de cuatro ya que quería escuchar lo que ellos decían



el trabajar con sus papás fue un refuerzo positivo ya que la consigna a los padres de familia fue, tenerles que decir a sus pequeños porque estaban orgullosos de ellos y elogiar sus logros



Crearon su cuento de super héroe y se lo presentaron a sus compañeros, al final yo les comente que ese super héroe eran ellos y que todo lo que nombraron de su super héroe se lo habían dicho a ellos mismos, les causo asombro y alegría y este refuerzo positivo lo tienen muy en cuenta ya que ellos son grandes super héroes.

## 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>					