



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

### PERSONAL (PTP)

#### Módulo 3

#### 1. Pensamientos y emociones de las actividades realizadas.

La primer actividad que elegí fue “El regalo”, en donde les comenté que les tenía un regalo, les realice la pregunta: ¿Qué creen que tenga adentro?, algunos alumnos dijeron que un desayuno, ropa, juguetes, sorpresas, etc., les dije que adentro había algo único y maravilloso, cada uno lo iba abrir, pero no tenían que decir que había en la caja, hasta que pasaran todos sus compañeros. Puedo mencionar que yo me sentía muy entusiasmada por realizar la actividad, ya que es un ejercicio muy motivador y nos enseña a querernos a nosotros mismos, al darnos cuenta de que somos diferentes y únicos en lo físico, sentimental, intelectual, en la forma de ser y de actuar.

Las primeras reacciones fueron de sorpresa y miedo, no imaginaban ver su reflejo, se iban desconcertados, pero poco a poco se fueron mostrando felices de lo que veían en el regalo con esa gran sonrisa que se les caracteriza a mis alumnos.

Cuando pasaron todos y se llegó el momento de comentar qué había adentro, les hice la pregunta ¿Por qué eres único y maravilloso?, todavía había muchos alumnos que no entendían el concepto y uno de ellos dijo que el regalo que había adentro era ellos mismos. En este momento de la actividad se mostraron muy emocionados, dándose cuenta que el mejor regalo eran ellos mismos.

Algunos alumnos comentaron que ellos eran únicos, porque tenían talentos diferentes, eran buenos para bailar, dibujar, etc. Y otros respondieron que ellos eran buenas personas y ayudaban a los demás. Un niño comento que aunque tenían pies, manos, ojos, nariz, boca, tenían pensamientos diferentes y que eso los hacia únicos.

Concluimos con las preguntas sugeridas en la actividad, las compartimos reflexionando que todos somos diferentes, por lo cual nos hace únicos y maravillosos, y lo más importante debemos respetarnos.

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

En la actividad del paseo en el bosque, iniciamos con el dibujo del tronco del árbol, posteriormente con las raíces, ahí les mostré sus trabajos realizados como el de “palabras amables” eso les hizo recordar sobre sus cualidades ayudándoles a escribirlas en las raíces.

Algunos alumnos comentaron que ellos no sabían que tenían tantas cosas buenas, les mencione que en muchas ocasiones sólo vemos lo negativo de nosotros, sin darnos el tiempo de ver que tenemos muchas cualidades positivas.

En las hojas del árbol escribieron cosas positivas que hacen, en algunos ejemplos pusieron: ser generoso, ser estudioso, ser buena persona, etc. Algunos alumnos presentaron problemas porque no sabían que hacían bien, ahí intervine, haciendo la pregunta a los compañeros ¿Sus compañeros que hacen bien?, comentando que eran buenos en redactar cuentos, en hacer dibujos, en educación física y otras actividades más. La cara de los niños al darse cuenta, de lo que sus compañeros decían era de asombro, no creían que ellos hicieran bien eso.

Ya en los frutos debían escribir sus logros obtenidos a la fecha o que quisieran lograr, a algunos alumnos se les dificulto esta parte, en la cual intervine junto con sus compañeros apoyándolos con ejemplos, de que cosas han logrado, o en que son buenos. Los alumnos se sintieron contentos de reconocer que tienen muchas cualidades positivas dentro de si mismos y que han tenidos logros y éxitos en su vida. Revisando que estuvieran trabajando me percate que mi alumno que tiene labio leporino, no había escrito nada, le pregunte a sus compañeros que logros había tenido su compañero y que cualidades tenia y su carita de felicidad al escuchar las opiniones de sus compañeros, fue un momento muy bonito y esto le ayudo mucho en su autoestima.

Cada vez que le mencionaba un logro él, iba cambiando su expresión sonreía más cada vez. Para desarrollar la autoestima me sirvió el reconocimiento de los demás hacia sus compañeros.

Comentamos que eso era autoestima creer en uno mismo, en saber de lo que somos capaces y sobre todo no rendirse ante las dificultades. Nuestras actitudes positivas y habilidades nos ayudarían a resolverlas dichas dificultades.

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

Si, reconocen la autoestima, ellos saben identificar sus fortalezas, sus habilidades y sus logros. Ellos trabajan sobre sus áreas de oportunidad en intentar realizar las actividades varias veces, hasta lograr conseguir el resultado final.

Para ellos es muy satisfactorio darse cuenta de lo que son capaces y sobre todo tener una actitud positiva, controlando sus emociones y comunicándose de manera asertiva.

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

Me gustó mucho la actividad “Carta al futuro”, no me había percatado sobre él como me imaginaba en 5 años, no me había dado el tiempo de pensarlo.

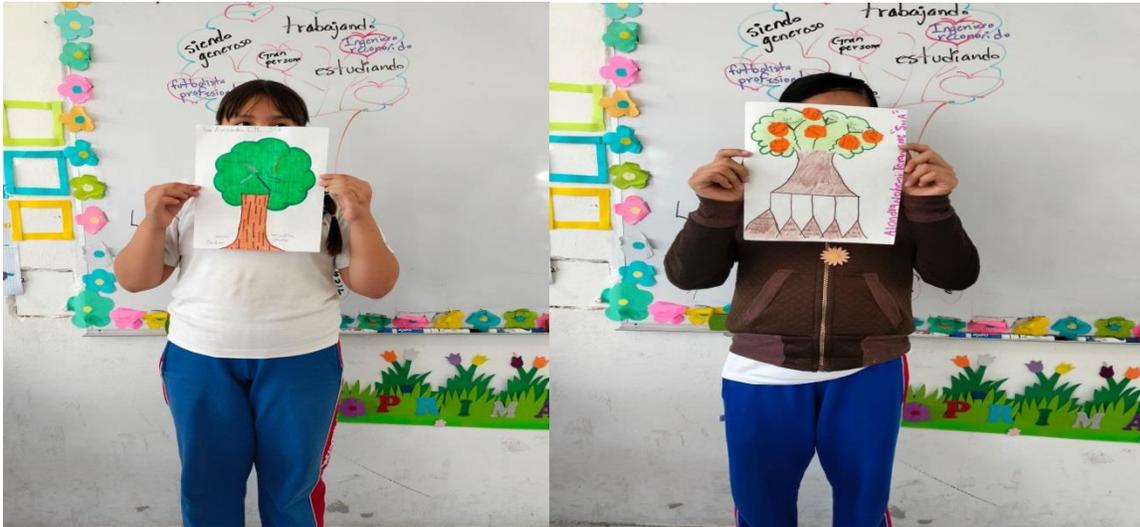
Me hizo reflexionar que mis decisiones que tomo en la actualidad se reflejarán posteriormente y ahí debo tener cuidado. Fijarme metas para largo plazo.

Continuando con las actividades y pensando que un día voy a estar como en el cortometraje “Naturales”, me dejo pensando, porque sabemos que nuestros cuerpos se deterioran, pero las buenas acciones duran mucho más tiempo y son recordadas.



Analizando me doy cuenta que tengo una profesión maravillosa en el que cada día puedo dejar una huella, de mí depende si es negativa o positiva, para eso debo de valerme de las herramientas de control de las emociones, me encantaría dejar una huella en cada alumno que pasa por mis manos y un buen ejemplo que puedan seguir, además de que tengan un lindo recuerdo de mí.

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



6.

### Rúbrica PTP 3

<b>Instrumento para evaluar PTP del módulo 3</b>					
<b>Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión</b>					
	<b>Insuficiente</b>	<b>Suficiente</b>	<b>Satisfactorio</b>	<b>Destacado</b>	

Indicadores	1	3	4	5	Observaciones
<b>Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales generados por las actividades realizadas.</b>				X	
<b>Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 3.</b>				X	
<b>Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 3.</b>				X	
<b>Integra evidencias gráficas y explicación de los ejercicios realizados en colectivo.</b>				X	