



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL Módulo 3

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

- Con la actividad 2 *Carta al futuro*, se promovieron las emociones de alegría, esperanza e inspiración.
- En la aplicación de la actividad *Mi trébol de cuatro* se fomentó el desarrollo de pensamientos como: el amor incondicional, mi persona favorita, mi super héroe, soy una persona valiosa, la vida es mejor con amigos, etc.
- Dentro de la actividad *Un paseo por el bosque*, los principales pensamientos fueron, tengo muchas cualidades positivas, todo el tiempo tengo la oportunidad de hacer cosas buenas y mi vida se encuentra llena de triunfos.

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

- Integrando a todos los alumnos en las actividades, no solo en la realización de estas, sino en los espacios de socialización.
- Dejando fuera las comparaciones, e invitando a cada alumno a la autoaceptación, donde cada estudiante reconoció lo especial que es dentro y fuera de la escuela.
- Dando autonomía a los alumnos en ciertas actividades, como en las actividades de gratitud y respiración en calma; actividades que los estudiantes ya manejaban de los módulos 1 y 2.

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

Hoy mis alumnos se encuentran con más herramientas para continuar construyendo su autoestima, y esto se debe al desarrollo de las actividades en los tres módulos, pero especialmente al ambiente de aula porque se ha generado un espacio de confianza, de armonía y respeto. Particularmente con las actividades del módulo 3, mis alumnos aprendieron que las visualizaciones con altas expectativas permiten desarrollar emociones de alegría, esperanza e inspiración que les van a permitir trazar un proyecto de vida; mis estudiantes comprendieron que se encuentran llenos de cualidades; que se deben priorizar las positivas y trabajar en las negativas, además, en sus cortos años de vida, ya se encuentran llenos de triunfos muy significativos.

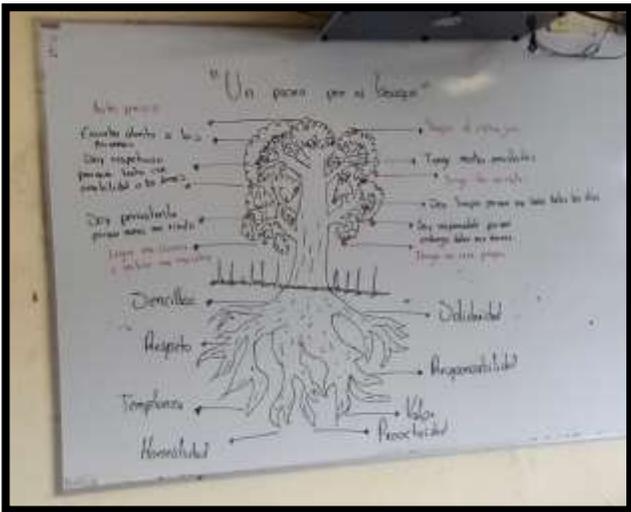
### 4. Describe para ti las actividades más significativas de este tercer módulo, y cómo hasta ahora las pones en práctica.

- La actividad 2 *Carta al futuro* resultó muy significativa para mi persona, porque me permitió hacer una pausa para reflexionar sobre el rumbo que lleva mi vida, sobre si las

acciones que realizado en mi trabajo y en mi persona me llevaran al ser humano que quiero llegar a ser.

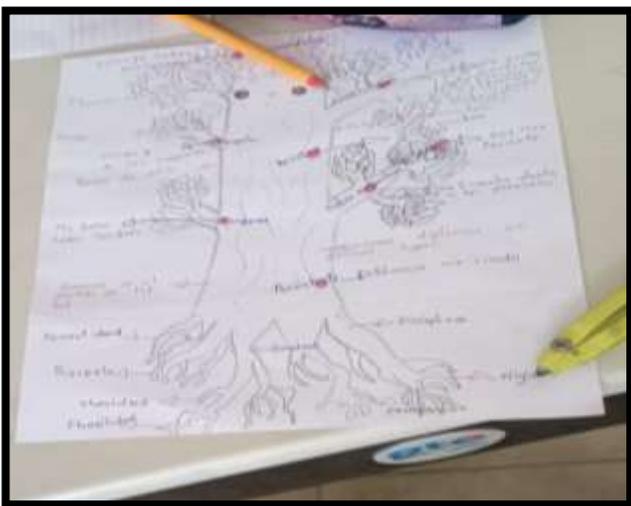
- La actividad 3 *La Rueda de la vida*, llegó a mi vida como un gran valde de agua fría, porque al realizar la actividad mi diseño quedo muy irregular, con picos muy altos y otros bajos, por ejemplo: en los puntos de dinero y profesión obtuve puntos muy altos, de 9 y 10 respectivamente, sin embargo, en los puntos de amor y familia, mis puntos se encontraron en 2 y 3.
- Para finalizar, la actividad 9 *Naturales*, me puso a pensar sobre como espero que mis alumnos me recuerden, sobre si mis clases habrán de despertar el interés de mis estudiantes por continuar preparándose y ser mejores personas. Al mismo tiempo, la actividad me pone nostálgico, al pensar que habrá pasado con aquellos maestros que, marcado mi propia vida, y si es que la vida misma me dará la oportunidad de agradecerles lo mucho que contribuyeron en mi vida.

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



En la primera fotografía se puede observar como se realizó la explicación de la actividad Un paseo por el bosque, una explicación que comenzó con la identificación de por lo menos 20 cualidades positivas, y 20 acciones positivas que se completaron con las aportaciones de los alumnos, así como la identificación de diversos triunfos a lo largo de la vida.

En la primera fotografía se puede observar como el docente diseño un modelo para representar en un árbol, y acomodar en las raíces las cualidades, en las ramas las virtudes y en los frutos, los triunfos.



La actividad resultó ser muy gratificante tanto para los alumnos como para el docente, los estudiantes reconocieron que su maestro también tiene sentimientos y que siempre que él modela las cosas (contenidos académicos, habilidades o actitudes) les resulta significativos los aprendizajes.

### Rúbrica PTP 3

Instrumento para evaluar PTP del módulo 3					
Evidencia: Cuadro de sistematización y reflexión					
	Insuficiente	Suficiente	Satisfactorio	Destacado	Observaciones
Indicadores	1	3	4	5	
Identificar y explicar tres emociones y sentimientos personales generados por las actividades				X	
Describir de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 3.				X	
Poner en práctica tres estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 3.				X	
Integrar evidencias gráficas y explicación de los ejercicios realizados en colectivo.				X	Poner más evidencias fotográficas