



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

### Módulo 3

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

Se cree que los alumnos conocen para lo que son aptos y sus forma de ser, sin embargo, se necesita ayudarlos a descubrir cada una de sus habilidades y cualidades. Esto representa brindar un momento para hacerlos reflexionar sobre la capacidad que tienen para realizar las cosas y que identifiquen aquellas cualidades que forman parte de su personalidad. En un primer momento es sorpresa ya que también uno descubre cualidades que tal vez ya no se recordaban y por otra satisfacción al ver que los niños tienen una gran capacidad para pensar y descubrir lo que realmente los identifica como personas y al final llega la satisfacción de que los estudiantes descubran cosas nuevas.

2. ¿De qué manera se promovió el desarrollo de la autoestima durante las actividades llevadas a cabo? Dentro de la primera acción se presentó al árbol y las partes que lo conforman, así como la importancia que representa cada una. Se hace la comparación con las partes que forman parte de un ser humano, enfatizando que hay cualidades que forman la base de nuestra vida (raíces) que las demás complementan y refuerzan nuestra personalidad. Se explicó que las cualidades refuerzan nuestra autoestima y nos ayudan a adquirir una autonomía única y diferente a los demás. La presentación de las frases: Yo soy, Yo puedo, Yo tengo y Yo estoy impactan positivamente a los niños ya que por ser afirmativas y positivas permiten que los niños descubran las cosas que forman parte de su contexto y que los hacen ser especiales. Al final, cuando se comparte en plenaria, los alumnos expresan sin dificultad sus trabajos ya que han reforzado su autoestima.

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

La descubren en la medida que descubren sus emociones e identifican cómo regularlas al mantener un equilibrio entre lo que se siente y la forma en cómo reaccionan hacia ellas. La actividad del termómetro de las emociones fue una pauta para que los alumnos trabajarán tanto en su autoestima como en el manejo de sus emociones. En el transcurso del taller se nos brindaron herramientas que nos permitieron reconocer más el valor que debemos darle a nuestra persona.

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

Toda actividad tiene un significado, desde el conocimiento de las emociones hasta saber cómo reaccionar ante ellas lo que significa una autorregulación tanto en el docente como en los alumnos. El autoconocimiento es parte fundamental en el proceso de enseñanza aprendizaje, descubrimos los talentos y cualidades que nos permiten llevar a cabo este proceso aunado a el fortalecimiento de nuestra autoestima. El trabajo colaborativo también es parte esencial en el desarrollo de las actividades, ya que permite también descubrir en los demás oportunidades de crecer como comunidad y por último el liderazgo que se debe ejercer como docente nos pondrá en un contexto reciprocidad y solidaridad para mejorar el aprendizaje en los alumnos.

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

La autonomía emocional es fundamental para el desarrollo de habilidades interpersonales e intrapersonales en los estudiantes. En el contexto escolar, se busca fomentar la autonomía emocional para que los alumnos puedan gestionar sus emociones de manera saludable. Esto contribuye a una mejor convivencia y al aprendizaje, ya que los estudiantes pueden relacionarse de manera positiva con sus compañeros y docentes.

El liderazgo distribuido y la colaboración entre maestros son claves para promover la autonomía pedagógica en las escuelas. Cuando los docentes trabajan juntos y participan activamente, se crea un ambiente propicio para el aprendizaje y la convivencia. La participación de las familias también es esencial para fortalecer la autonomía y la calidad educativa.

Un buen plan de gestión de convivencia escolar tiene múltiples beneficios.

Desarrollar programas que fomenten el área socioemocional mejora los resultados académicos, reduce el estrés emocional y promueve un comportamiento positivo en el entorno educativo.

La autonomía emocional y el liderazgo docente son fundamentales para crear un ambiente escolar saludable, donde los estudiantes puedan aprender y relacionarse de manera positiva.

#### **Un Paseo por el Bosque.**

Para optimizar el tiempo se llevó un árbol impreso con frutos. Los alumnos escribieron en cada fruto tanto logros, cualidades y cosas positivas que hacen en su día a día, posteriormente se pegaron la hoja enfrente y empezaron a circular por el salón. Cada que encontraban a un compañero le decían la frase “Tú eres” y empezaban a mencionar cada una de las cosas que ellos escribieron. Para finalizar, en plenaria se compartieron las experiencias y emociones que sintieron al mencionar y escuchar cosas positivas de los demás. Se tomó una foto de todos simulando un bosque.

#### **Mi Trébol de Cuatro.**

Se inició mencionando que un trébol de cuatro hojas representa la buena suerte y fortuna y que en esta actividad representa la riqueza que tenemos en calidades y aptitudes, así como valorar lo que tenemos y agradecer. Se les entregó un trébol de cuatro hojas en forma de corazón, en cada pétalo escribieron una frase e iluminaron de un color específico:

Naranja: Yo tengo

Azul: Yo soy

Verde: Yo estoy

Rosa: Yo puedo.

Cuando terminaron, algunos compañeros pasaron a leer lo que escribieron en cada pétalo.



### Rúbrica PTP 3

| Instrumento para evaluar PTP del módulo 3  |              |            |               |                                     |               |
|--|--------------|------------|---------------|-------------------------------------|---------------|
| Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión   |              |            |               |                                     |               |
|  | Insuficiente | Suficiente | Satisfactorio | Destacado                           |               |
| Indicadores  | 1            | 3          | 4             | <input checked="" type="checkbox"/> | Observaciones |
| <b>Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales generados por las actividades realizadas.</b>                   |              |            |               | <input checked="" type="checkbox"/> |               |
| <b>Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 3.</b> |              |            |               | <input checked="" type="checkbox"/> |               |
| <b>Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 3.</b>   |              |            |               | <input checked="" type="checkbox"/> |               |
| <b>Integra evidencias gráficas y explicación de los ejercicios realizados en colectivo.</b>                                      |              |            |               |                                     |               |