



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 3

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

Estas últimas actividades realizadas me dejaron un sentir y un agradecimiento enorme, ya en la actividad pasada lo había sentido en la actividad El aula de las palabras amables, es esta ocasión durante la actividad Un paseo por el bosque y El regalo fué muy significativo para mí, en el primero el identificar aquello positivo en mi persona y escuchar a mis niños tratar de guiarlos para que encontraran todo lo positivo que yo veo en ellos, luego en el espejo darme cuenta que incluso a los pequeños les cuesta trabajo decirse cosas bonitas, cosas positivas, mas sin embargo poco a poco cada uno fué hablando y expresando todas las cosas bellas en ellos y aquellas que no les gusta y que desearian poder cambiar.

El promover actividades en las que participan alumnos de todos los grados y género me dió muy buena experiencia, he trabajado en otros planteles dónde la rivalidad entre miembros de los diferentes grados o grupos es uno de los factores detonantes para desatar casos de violencia, pero en mi centro de trabajo la realidad es diferente, todos participan con gusto no importa si son pequeños, grandes, niños o niñas, y a mí ver es el resultado de un trabajo en conjunto de mis compañeros y de padres de familia.

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

Se puso en práctica la escucha activa, el agradecimiento y elogiar a los compañeros. También iniciamos la actividad en las mañanas al llegar, escribieron situaciones que les provocan estas emociones, finalmente compartieron sus respuestas en voz alta. Resaltando la importancia de escuchar, comprender al compañero, ser empático, estar tranquilos en calma para esperar turno y participar fomentando la comunicación asertiva, al finalizar di un espacio para que mencionaran aquello que durante el día les causó alegría o molestia, dando paso a elogiar o conversas sobre aquellas situaciones y en el caso de las negativas hablar y a través del dialogo llegar a acuerdos o mediaciones en las que los alumnos

expresaran abiertamente y llegaran aun acuerdo. También dimos espacio al iniciar o al finalizar si lo necesitaban de pedir un abrazo, en esta actividad noté lo mucho que les hace falta a los niños esas muestras de cariño desde casa (y que por esa razón llegan a casa faltos de autoestima), al inicio se notaban esquivos al pedirlo, pero al finalizar la semana muchos solicitaban ese abrazo de regalo y me dijeron que les gustaba, que se sentían agusto o sentían bonito cuando recibían un abrazo.

**Como nota agregó que son niños pequeños de 3° primaria, pero aun así cuidé de que el abrazo de regalo no fuera tomado como doble sentido o con otras intenciones que no fueran las de fortalecer los vínculos de amistad o de sentirse en un lugar seguro (cómo en el caso de cuando me pedían el abrazo a mí)

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

El día de hoy mis niños sí reconocen la autoestima y aquellas actividades o situaciones que les ayudan a desarrollarla en su persona, también aquellas acciones que ayudan a que sus compañeros logren desarrollar una autoestima que les ayude a mejorar su desempeño en la escuela, los ayuda a crecer como personas que logran ser empáticas y con escucha asertiva para con sus demás compañeros . REconocen que tener una autostima elevada les ayuda en los aspectos de convivencia ya que podemos discernir aquellos pensamientos negativos o palabras que nos dicen para hacernos sentir mal.

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

Todos los días iniciamos clases practicando la calma y enseguida expresando cómo nos sentimos y cómo amanecemos, si nos ha pasado algo importante que queremos contar al grupo o si alguien este día necesita un abrazo sin dar explicación alguna. Después continuamos nuestras clases, al finalizar hacemos un espacio para que participen diciendo si hubo algo incómodo, molesto, feliz o agradable que haya sucedido durante las clases y que quieran compartir. También el abrazo gratis como les dije yo fué una actividad que surgió de escuchar la carencia de muestras de cariño en sus hogares, la practica que describo en el foro dónde en estos días invitamos a los alumnos de diferentes grados a jugar

juntos en el recreo no como: "los de tercero contra los de quinto", sino más bien como una actividad para compartir, convivir e incluso aprender de las estrategias de algunos de otros. Tendré reunión de rendición de cuentas la próxima semana y aprovecharé para involucrar a los padres de familia, pidiéndoles en apoyo para que durante estas vacaciones en casa continúen las actividades para mejorar el autoestima y la expresión de los sentimientos. Trabajaré con las mamás la actividad del regalo y la de un paseo por el bosque, lamentablemente por los tiempos no alcanzaré a subir los resultados de estas actividades con los padres de familia.

Cómo lo mencioné en el módulo 2 una gran ventaja es que me quedo en mi misma escuela y mi grupo, por lo que podré dar continuidad a estas actividades que les han gustado mucho.

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



Alumnos y alumnas de 6°, 4° y 3° en partido de futbol durante el recreo. En el cual se integran alumnos y alumnas de diferentes grados, convivieron y al finalizar no hubo situaciones de alardear quien gana o quien pierde. Mis alumnos disfrutaron porque dicen que aprendieron de los grandes.



Actividad de Un paseo por el bosque, al inicio les costó trabajo identificar sus logros sus cosas positivas o cualidades que tiene cada uno, luego les ayudé yo con mí ejemplo y les fue más sencillo.

RÚBRICA PTP M₃

Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión					
	I n s u f i c i e n t e	S u f i c i e n t e	S a t i s f a c t o r i o	D e s t a c a d o	
Indicadores	1	3	4	5	Observaciones
Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales generados por las actividades realizadas				X	Estoy segura que si continúo mis estrategias sobre autoestima escucha activa pronto lograré que mis alumnos desarrollen habilidades emocionales.
Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 3.				X	Realice diversas actividades grupales, aunque me faltó integrar a los padres de familia
Pone en práctica estrategias ejercicios y herramientas del módulo 3.			X		Siento que por falta de tiempo debido a la aproximación de fin de ciclo (ensayos, evaluaciones, entrega de documentos) me faltó dar más tiempo para las actividades.
Integra evidencias gráficas y explicación de los ejercicios realizados en colectivo.				X	