



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

### Módulo 3

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

Estas actividades me tenían un poco preocupada porque justamente ya estamos en la recta final del ciclo escolar y hay una sobrecarga de trabajo, pero me di un tiempo para llevarlas a cabo con mis alumnos porque he visto grandes progresos y me sorprendí fue realmente gratificante ver sus reacciones y valoraciones y eso me hizo sentir satisfecha y agradecida por todo lo que he podido aprender y aplicar para mejorar su desarrollo emocional y el mío.

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

Llevamos a cabo dos actividades, la primera fue la del regalo y al día siguiente la del paseo por el bosque. Fue muy emocionante ver que los niños sonreían al verse al espejo, otros se sorprendían, pero dejaron que todos descubrieran ese regalo especial, único y hermoso. Observé que les costaba trabajo mencionar porque era tan especial, unas niñas decían que porque eran bonitas, pero se avergonzaban, otro niño dijo que no le gustaba lo que vio porque siempre se enoja, pero también me pude dar cuenta que están reconociendo sus emociones y buscando estrategias para regularlas. La actividad de paseo por el bosque tuvo también resultados muy satisfactorios para la construcción de un concepto positivo, pues mencionaban que les gustaba su cabello, porque era bonito; su cuerpo porque con él podían hacer muchos movimientos; que les gustaban sus manos pues con ellas podían tocar cosas y construir otras, también que podían hacer amigos y jugar en familia, estas características les ayudan a construir una imagen propia y valorarla.

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

Si, estas actividades han contribuido al reconocimiento y construcción de sus características, gustos, y a la valoración de estas de forma positiva. Además de que ha generado un cambio de actitud al relacionarse con los demás, pues se saben valiosos e importantes. Aún hay mucho por fortalecer, pero sin duda este inicio ha sido muy inspirador para continuar.

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

La actividad de gracias a la vida fue una de mis favoritas, reconocer esos pequeños detalles que pasamos por alto debido a la sobrecarga de trabajo o por no tener tiempo para la calma, fue algo que me hizo valorar lo que tengo y lo que soy.

La carta al futuro también fue algo que me permitió plantear metas a futuro y pensar en mí y mis necesidades.

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



#### El regalo

Los alumnos pasaron de uno a uno la caja para descubrir que dentro había algo hermoso, único e importante. Las reacciones no se hicieron esperar se emocionaron, sonreían, se avergonzaban, se sorprendían, pero todos reconocieron algo positivo y algunas cuestiones que no les agradaban como que eran enojones. Analizamos porque era especial y destacaron rasgos positivos y otros que no les agradaban. Esto fortaleció su autoconcepto y autoestima.



#### De paseo por el bosque

Los niños dibujaron algo que les gustaba de sí mismo y lo compartieron frente a sus compañeros, mencionando diversas características físicas que reconocían como importantes y agradables, además explicaron porque les gustaba y realmente sus explicaciones contribuyeron con su autoestima, pues esto también provocó un cambio de actitud al relacionarse con otros, pues adquieren más confianza y seguridad.

## 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>					