



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 3

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

Se logro que mis alumnos se dieran cuenta la importancia del auto estima, el interés por mejorar, analizar cómo se sentían y como podían mejora, así lograr mejorar en su confianza, empatía, aceptación tolerancia por sí mismos y por los demás. Esto me hace sentir satisfecha con las matas alcanzadas y me exhorta a continuar cada ciclo mejorando y sanado mi propia autoestima para apoyo de mis alumnos.

2. ¿De qué manera se promovió el desarrollo de la autoestima durante las actividades llevadas a cabo?
En la aceptación propia, el apoyo verbal constante, en el manejo de las emociones, ser empáticos entre ellos, ayudarles a que reconocieran la potencialidad que tienen para realizar lo que les gusta, como empezaron a expresar sus propias ideas y sentimientos reconociendo sus cualidades y trasmitiéndolo con los demás.

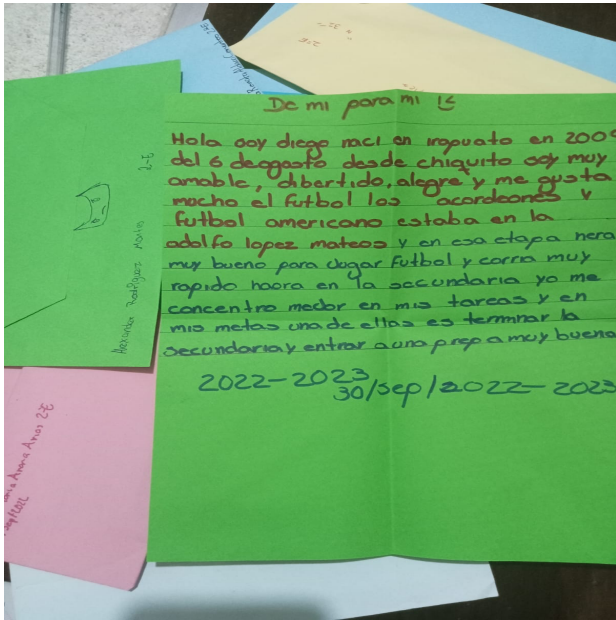
3. Hoy tus alumnos/as reconocen qué es la autoestima y saben cómo trabajarla para desarrollarla ¿por qué?
No todos mis alumnos logran identificar como tienen su autoestima muchos de ellos lo ocultan o tratan de transmitir ideas falsas de cómo se sienten. Identifican como se sienten y logran trabajar en ella de mejorar si se sienten mal por alguna situación, pero lo que yo logro percibir es que si requieren seguir trabajando en mejorar en el entorno familiar que es donde lo requieren más.

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

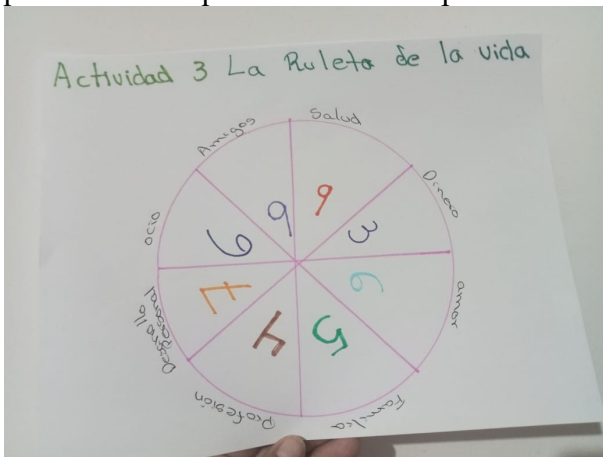
Actividad 1.- Gracias a la vida: Esta actividad en persona me gustó mucho porque nunca sabemos cuándo será el último día que pudras hacer las cosas que te gustan o estar viva para disfrutar, en esta no la realice con los alumnos si no fue personal, analice todo lo que e podido lograr hasta ahora, agradecer por las oportunidades que se presentan, el continuar preparándome así mejorar como docente y analizar en que puedo cambiar para ayudar a mis alumnos a encontrar un equilibrio emocional y así mejorar académicamente.

Actividad 2.- Carta al futuro: Esta actividad La realice al inicio de este ciclo escolar con mis alumnos de la materia de tutoría 2E les platico sobre su futuro y la importancia de tener metas, para pensar en que van a ser de grandes, que se escriban una carta a sí mismos donde escriban palabras motivantes o que esperan en este ciclo para que al final de este ciclo entregarlas y que ellos analices si lo lograron o no y que les falta por trabajar y lograrlo.

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



Actividad 2 Carta al futuro: estos son los resultados de esta actividad, la realice al inicio de este ciclo escolar, en esta semana que se las regrese se emocionaron mucho, entre los amigos se interesaron por lo que decia su carta, les di un tiempo de que analizaran el resultado muchos se pusieron contento por que van en buen camino a conseguirlo o y alo lograron, pero lo qu enos pone tristes es que dos de sus compañeros no lograron terminar el ciclo juntos a ellos.



Actividad 3 la ruleta de la vida: fue de manera personal, se les fue explicando cada una de los puntos de la ruleta, los jovenes se preocuparon mas los relacionados con su futuro ellos me decian que tenian miedo de no saber que ser en un futuro que la rieguen por eso en esta actividad salen muy bajos los puntos de Dinero, profesion y posterior la familia algunos me comentaban que no les gustaria tener una familia, cabe mencionar que en hay una taza muy alta de padres separados y algunos de estos viven con otro familiar.

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
Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales generados por las actividades realizadas.		Empatía: por conocer las situaciones que viven mis alumnos. Tolerancia: por sus emociones Respeto: sus creencias			
Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 3.		Trabajo personal: auto conocimiento para lograr los propósitos Reactivar recuerdo que a la mejor no quieren tener Transformar los pensamientos negativos y mejorarlos			
Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 3.		Autoconocimiento de las emociones, tolerancia y empatía, respeto a los demás			
Integra evidencias gráficas y explicación de los ejercicios realizados en colectivo.		Ruleta de la vida: explicaron sus emociones como ellos la interpretaban.			