



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

### Módulo 3

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

Para la realización de las actividades en este momento los estudiantes ya están habituados al desarrollo y dinámica en el aula donde desde el modulo uno se les explico la importancia de las emociones y de cómo podemos expresarlas así como el buscar que exista una buena convivencia escolar algunas de las emociones que se presentaron frecuentemente en ellos fue la actitud positiva, la de escuchar al otro, el de valorar los sentimientos y emociones de los demás identificándolas como importantes al igual que las suyas favoreciendo así su valor personal y su autoestima.

También se presento frecuentemente una actitud de cooperación enfocándose en pensamientos positivos como el de respeto al otro y a sus emociones y que todos en algún momento llegamos a sentir lo mismo y de igual manera nos gusta que nos escuchen, comprendan y nos tomen en cuenta. Otra emoción que manifestaron en la mayoría de las actividades fue la de alegría y entusiasmo al realizarlas.

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

Durante el desarrollo de las actividades fue fundamental favorecer su seguridad y que sintieran que son importantes tanto para el docente como para sus compañeros y que sus sentimientos y emociones importan, así como lo que ellos quieren compartir, en la actividad de cuatro cuando repetían las frases todos escuchaban con atención lo que tenían para compartir lo que hizo que sintieran no solo seguridad sino confianza de que sus opiniones y experiencias son valiosas.

Cuando tuvieron la oportunidad en la actividad del regalo fue favorecedor que cada uno reconociera lo valioso que es cada uno y de cuantas cualidades tienen favoreciendo así su autoconfianza y su autoestima y cuando realizaron su dibujo del árbol fortalecieron su autoestima al momento de identificar y escribir sus cualidades positivas

y aunque es algo a lo que la mayoría no está acostumbrado identifique que poco a poco al generar estos espacios educativos donde se favorezca el conocimiento y desarrollo de las emociones los estudiantes irán fortaleciendo su autoestima pues el identificar no solo sus cualidades positivas sino sus éxitos los hace reconocerse como personas valiosas y que sus triunfos los han logrado por lo que ellos valen y pueden alcanzar.

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

Mis estudiantes han logrado a través de las actividades realizadas primeramente reconocerse como personas valiosas que sus emociones y sentimientos cuentan y que hay espacios para que esto se pueda propiciar, pero sobre todo con el ambiente de confianza que como docente he generado destacando el valor de las emociones en cada uno de ellos y que todas son importantes. Han logrado reconocer su valor y que al participar en las actividades de expresión y comunicación de sus emociones y sentimientos les ayuda a favorecerla y les da confianza en si mismos, pues la mayoría ha participado activamente en ellas y reconocen la importancia de trabajarlas y así favorecer su autoestima.

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

Las actividades sugeridas en este tercer modulo fueron muy emotivas y significativas tanto de manera personal como con los estudiantes por ejemplo en la actividad 4 donde se trabajo mi autonomía emocional contestamos preguntas que nos llevaron a reconocer características personales que los hacían merecedores de recibir amor y que era lo que podían ofrecer a los demás, considerándose así personas valiosas y que es lo que aprecian de mi las personas que los rodean, también identificaron pensamientos pensamientos negativos y que es valido pues todos tenemos necesidades y por eso es importante identificarlos y saber que hacer con ellos y desarrollar su autonomía emocional.

En la actividad de mi trébol de cuatro fue muy significativa para los estudiantes pues al estar leyendo las frases algunos hacían alguna expresión u opinión al respecto a pesar que

la indicación era al final pero sin embargo esto significaba que o contaban con esa expresión o situación o no existía en sus vidas cotidianas, fue un espacio emotivo pues en ocasiones los estudiantes expresan sentimientos o emociones que en casa no lo hacen, fue un espacio muy emotivo y de desahogo para los estudiantes con las reflexiones que se hicieron de manera grupal.

En la actividad del regalo fue muy desatada pues fue un espacio donde los estudiantes identificaron sus cualidades y áreas de oportunidad, lo que mas les gustaba de ellos y como poco a poco les fue más fácil externarlo pues el hacer estos ejercicios de autoconocimiento es muy gratificante y enriquecedor para ellos.

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



### 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>					