



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

### Módulo 3

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

Me siento feliz y afortunada de haber formado parte de este taller, doy gracias a Dios por permitirme aplicar estas actividades, tener tan bellas experiencias, ya que, me han dejado huella y una gran satisfacción personal, para con migo misma, puesto que, todo lo aprendido me permite reconocerme como ser, único e irrepetible, a lo que puedo agregar valor humano, que, me permitirá ser mejor día con día dentro del aula, en el desarrollo de mi praxis, con mi familia y en cada entorno social en el que me toque interactuar con los demás, también logro reconocer que mi autoestima es alta y que soy una persona que lucha por sus sueños, pero que, le gusta apoyar a los demás para que los logren, se que soy un ser autónomo y siempre con miras innovadoras.

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

Siempre se inicio con una gran sonrisa, a lo que, todos los alumnos se percataban que podían ser ellos mismos, sin temor a ser reprendidos y con la confianza y gusto por realizar las actividades que les permitieron expresar sus emociones de forma positiva, logrando con esto reforzar su autoestima y confianza para con los demás, reflexionando que se pueden desarrollar en un ambiente sano, de respeto, ya que, cada integrante puede pensar, sentir y tomar decisiones por sí mismos pero que deben mantener su autocontrol para no ofender.

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

Sí, puesto que, expresaron que se siente muy bien cuando son escuchados por los demás, cuando son tomados en cuenta, cuando los respetan y que nadie tiene el derecho de agredirlos o hacerlos sentir mal, que deben trabajar en equipo o dentro del grupo ayudándose unos a otros de forma positiva para adquirir muchos aprendizajes, que les permitan ser mejores, porque gracias a todo esto podrán ser independientes.

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

La actividad 1 “Gracias a la vida”, me pareció de lo más gratificante y reflexiva, ya que, en estos momentos uno de mis hermanos se vio entre la vida y la muerte ( por no cuidarse y quererse) me hizo llorar la composición de Violeta Parra por todo lo que se menciona, se que, tengo mucho que agradecerle a Dios por brindármelo (mi familia, mi casa, mi trabajo, los alumnos que son mi energía, mis amigos, los viajes, el sol, el aire, el agua, los aprendizajes, tantas y tantas cosas por lo que soy dichosa y tengo ganas de seguir viviendo. Se continuó aplicando la actividad de la “Respiración en calma” ya que, nos ayuda a relajarnos. Aplique la actividad 9 “Naturales”, reflexionando y compartiéndoles algunas de mis experiencias al encontrarme con alumnos de generaciones pasadas y de lo lindo que se siente, el que te reconozcan que fuiste una maestra que inspiro a su superación.

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



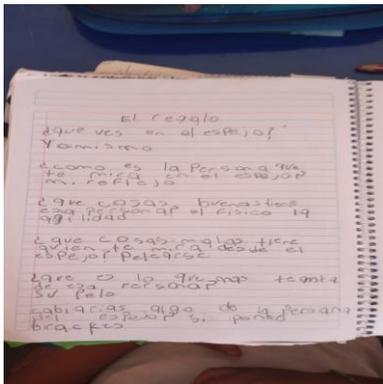
<https://youtu.be/w67-hlaUSIs>

Se converso con los alumnos acerca de la autonomía emocional y como ayuda a mejorar las actitudes de manera positiva ante la vida, a lo que aplique la actividad 1. Gracias a la vida. Cambiando los enunciados a los alumnos, se escuchó la canción “Gracias a la vida”, se finalizo compartiendo en grupo, los sentimientos que esto les provoco y reflexionando que cosas agradecen en este momento, los alumnos expresaron lo que sentían y en su mayoría agradecían por tener a sus papás que los cuidan y el poder estar en la escuela para jugar y aprender.



WhatsApp Video  
2024-07-02 at 12.15.

En la actividad “Mi trébol de cuatro”, se les pidió a los alumnos que repitan las frases de cada recuadro, se realizaron las preguntas, logrando que los alumnos expresaran sus pensamientos, reflexionando acerca de estos e identificando sus áreas de oportunidad a mejorar, esta actividad me brindo como docente conocer aún más a mis alumnos, aprovechando el momento para expresarles que siempre es posible cambiar y que los cambios deben ser para mejorar día con día. Los alumnos participaron expresando de forma oral sus conjeturas.



Se trabajo la actividad “El regalo”, llevando al salón de clases una caja de regalo con un espejo al interior, se explicó en que consistía la actividad y se les solicito que no podrían decir nada hasta que todos pasaran a observar que hay en el regalo. Los alumnos se mostraban contentos por saber que tenía, al pasar uno a uno mostraron caras de asombro al descubrir el objeto valioso que contenía el regalo, todos mantuvieron el secreto, pero, actuaban de manera ansiosa, por querer decir, que contenía el regalo. Se finalizo la actividad con la aplicación de las preguntas, dando un tiempo para que algunos de ellos las compartieran ante el grupo.

### 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>					