



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

### Módulo 3

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

El realizar las actividades me permitió conocer que los niños expresan emociones diferentes en el mismo contexto, y que no se dan cuenta que ellos son importantes y que expresan diferentes emociones con el mismo estímulo que se les presente.

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

En cada una de las actividades realizadas se les brindó la confianza necesaria para llevar a cabo las actividades como marcaba el seguimiento de las mismas, en la actividad del espejo esperaban ver un regalo diferente nunca se imaginaron que eran ellos mismos el regalo más importante y lo más valioso; al finalizar la actividad se les reafirmó la autoestima mencionándoles que eran ellos mismos lo más hermoso, lo más importante que no eran las cosas que necesitamos para vivir o las personas que nos proveen de lo necesario los amigos o las mascotas como lo mencionaban sino ellos mismos.

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

Considero que sí, que hay alumnos que, si la reconocen y tienen su autoestima fortalecida, pero se requiere seguir trabajando actividades de este tipo para aumentarla, primeramente, saber reconocer sus emociones, sus sentimientos y la seguridad en sí mismos de lo que pueden lograr.

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

Todas las actividades han sido y son significativas para mí porque en estas últimas semanas las actividades que nos sugieren han sido las adecuadas y se logró trabajar las emociones, la autoestima de los alumnos y se concientizó sobre la importancia de saber escuchar,



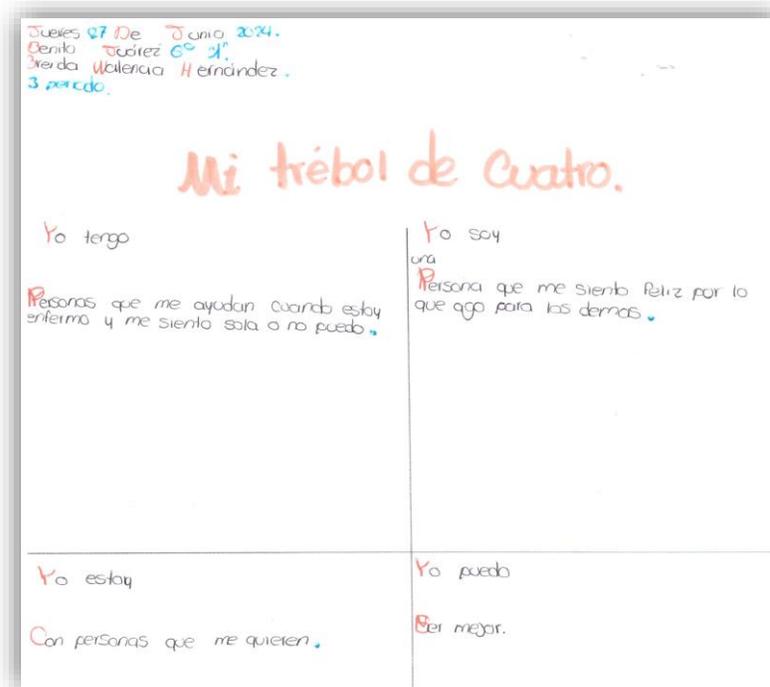
mantener la calma, el conocimiento de sus emociones, autorregularlas y fortalecer sobre todo su autoestima.

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

### 1. Mi trébol de cuatro

El realizar esta actividad primero se practicó la calma, con repeticiones de inhalar, sostener y exhalar el aire, se colocaron en círculo, y posteriormente se les dieron las indicaciones: repitieron en voz alta las frases de los cuatro recuadros mencionados, al finalizar la lectura de cada recuadro se les preguntó qué tanta importancia le daban al contenido de cada recuadro, finalmente para concluir la actividad se les entregó una hoja donde dividieron en cuadrantes y así anotarían en cual de aquellos recuadros ellos priorizaban o era el más importante para ellos, por qué y cómo podrían aprovecharlo en la escuela, en la casa o en la calle.

En los trabajos realizados por alumnos/as no identificaron las frases en los que ellos priorizaban, sino que escribieron lo que tenían, lo que eran, como estaban y lo que podían hacer, considero que aun cuando la actividad no cumplió con lo marcado ellos expresaron algo de sí mismos en esta actividad. Se muestran trabajos elaborados por los alumnos.

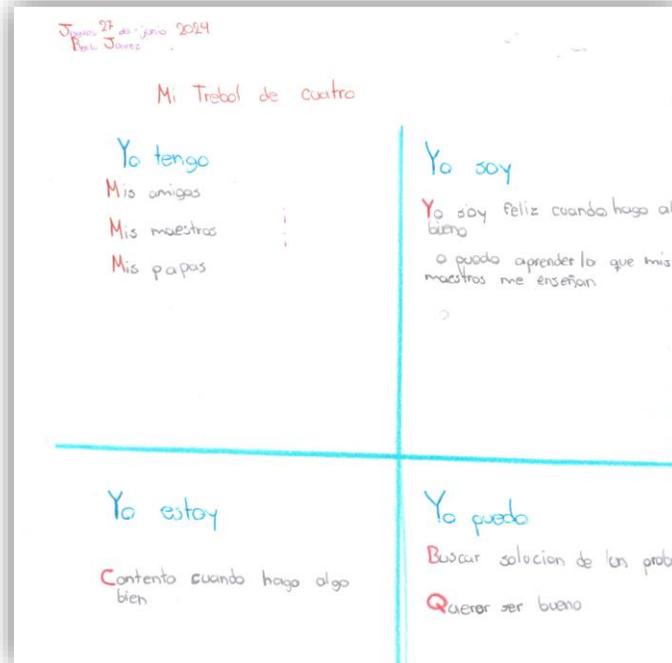


Jueves 27 de junio de 2024  
Escuela Benito Juárez  
6ºA 3er periodo  
Regino Sierra Galván  
mi trabajo

<p>Yo tengo</p> <p>Personal al rededor que me enseñan a comportarme y ser educado.</p> <p>mis Papas</p>	<p>Yo soy</p> <p>Feliz cuando ago algo bueno por los demas,</p>
<p>Yo estoy</p> <p>Feliz por como es mi vidada</p>	<p>Yo puedo</p> <p>Resolver prablamos en situaciones difisiles</p>

Jueves 27 de junio 2024  
Escuela Benito Juárez  
6ºA 3 Periodo  
Melo Garcia Lopez  
Mi trabajo de control

<p>Yo logro</p> <p>Ai mi familia en lo que me apoyan en todo</p>	<p>Yo soy</p> <p>Soy capaz de aprender todo lo que me enseñan</p>
<p>Yo estoy</p> <p>Confiado de que puedo con todo</p>	<p>Yo puedo</p> <p>Puedo controlar me cuando me hacen enojas</p>



## 2. El regalo

En el desarrollo de esta actividad se realizó lo siguiente: primero se realizaron ejercicios para mantener la calma, se colocaron en círculo primero se les comentó que en esa caja había un regalo, que creían que era, para lo cual se les dijo es lo más hermoso, lo más valioso que se puedan imaginar, se repitió muchas veces la frase, posteriormente se procedió a preguntarles que creían era lo que contenía la caja. Individualmente contestaron que lo más hermoso y valioso eran videojuegos, comida, etc. A continuación, se muestra la lista de palabras que mencionaban eran las más importantes.

individualmente.

Posterior a este cuestionamiento se procedió a indicarles que una vez visto el regalo no podían mencionar a ningún compañero que era lo que habían visto, fue emocionante ver como sus caritas cambiaban al ser sorprendidos por su mismo rostro y una cara de felicidad se hacía presente en el instante en que se veían, se les entregó una hoja para escribir las preguntas y que las contestaran Para llevar a cabo el cierre de la actividad se comentó que les había parecido la actividad a lo cual contestaron que nunca se imaginaron que el regalo era ellos mismos, al igual que eran valiosos y lo más hermoso que existía en el mundo. Comenté en el grupo que sin importar las experiencias que vivieran nunca dejaran de ser ellos mismos y que bajo cualquier circunstancia, situación no cambiaran, que vivieran, que recordaran siempre en cada instante de su vida que ellos eran lo más valioso y hermoso. Se finalizó la actividad con un gran aplauso, todos estaban felices.

Fue muy gratificante reconocer que identificaron las cosas buenas, no tan buenas de su persona y reconocerlo, en ellos/a y expresaron: Alegría, emoción, curiosidad, optimismo, sorpresa, algunos pena porque no era lo que habían mencionado.



Videojuegos  
Comida  
Mi familia  
Mis papás  
Un pastel para todo el grupo  
Amburguesas  
Sus papás  
Su mamá  
Sus papás  
Su familia  
Su familia  
Sus papás  
Toda su familia  
Dobitos y papás  
Toda mi familia  
Los recuerdos  
Familia  
Salud  
familia  
Autoestima  
Mis familia y mis mascotas  
Mi familia

Palabras que mencionaron pensaron había dentro de la caja

Sol: Ariel Gómez Jerez Jueves 27 de Junio de 20

1. ¿Que ves en el espejo?

R: ami

2. ¿Que cosas buenas tiene esa persona?

R: La compension, la felicidad, el ser amable etc

3. ¿Como es la persona que te mira desde el espejo?

R: hermosa, bonita, amable, perfecta

4. ¿Que cosas malas tiene la persona que te mira desde el espejo?

R: El ser enojoso y grosero

5. ¿Que es lo que mas te gusta de esa persona?

R: Su compension amabilidad y su forma de ser

6. ¿Cambiarías algo de la persona del espejo?

R: ser menos floja

7. ¿Como lo harías?

R: Aplicandome y ~~siendo~~ teniendo una motivacion

Ximena Lopez Galván  
Jueves 27 de junio de 2024  
Benito Juárez G.A

1. ¿Qué ves en el espejo?  
A mi misma

2. ¿Qué cosas buenas tiene esa persona?  
Inteligente  
Valiosa  
Casi todo

3. ¿Cómo es la persona que te mira desde el espejo?

¡Valiosa y hermosa!

4. ¿Qué cosas malas tiene quien mira desde el espejo?  
Enojosa  
Desesperada  
Estresada  
Nada  
Festulosa

5. ¿Qué es lo que más te gusta de esa persona?  
Todo

6. ¿Cambiarías algo de esa persona del espejo?

No cambiaría nada

7. ¿Cómo lo harías?

No lo haré

¿Qué ves en el espejo? A mi misma

¿Qué cosas buenas tiene esa persona? No sé

¿Cómo es la persona que te mira desde el espejo? Simpática

¿Qué cosas malas tiene la persona que te mira desde el espejo? Su forma de ser

¿Qué es lo que más te gusta de esa persona? Todo

¿Cambiarías algo de esa persona del espejo? ¿Cómo lo harías?  
Su forma de pensar, pensando en cosas positivas

### 3. Un paseo por el bosque

En un primer momento se les solicitó dibujar un árbol con las características solicitadas: raíz, ramas hojas y frutos. En este momento preguntaron que para que era, a lo cual contesté es para realizar una actividad que tiene que ver con lo que ustedes son.

Se les indicó: En las raíces escribirán las cualidades positivas que cada uno considera tener; en las ramas, las cosas positivas que hacen y, en los frutos, los éxitos o triunfos que hayan logrado.

Una vez concluido el dibujo del árbol y en el cual se dieron a la tarea de escribir sus cualidades, las cosas positivas, y los triunfos, se les proporcionó cinta para pegarse su dibujo en el pecho y la siguiente indicación fue: “Darán un paseo por el bosque”, cada vez que se encuentren con un árbol (el compañero/a), se detendrán frente a frente y leerán en voz alta iniciando con la siguiente frase “Tu eres... “ y leerán lo escrito en el árbol, una vez que terminan de leer lo de ese árbol, pasarán con otro hasta terminar de encontrar a todos los árboles. Aquí se les solicito que mutuamente tendrían que leer los dos compañeritos que se encontraran de frente.

Así pasearon por el espacio del salón uno a uno con todos sus compañeros y compañeras.

Al concluir el paseo por el bosque se comentó en el grupo sobre qué fue lo que descubrieron en cada uno de sus compañeros al completar la frase “Tu eres...”, en un principio no lo tomaron como una actividad sino un juego, pues solo daban la vuelta sin detenerse a leer, pero al avanzar el tiempo y decir la frase miraban a su compañero/a con un gesto de extrañeza.

Mencionaron que al ir leyendo era como si descubrieran a una persona nueva, pues no se habían percatado de las cualidades y cosas buenas que cada quien tiene adherido a su persona esta actividad fue interesante ya que al inicio del ciclo escolar no identificaban las cualidades que tienen, o lo que pueden hacer y los logros, aquí fue grato ver que escribieron cualidades como: alegre, amable, honesta, positiva, persistente, inteligente, comprensiva, sincera, generosa, amorosa, entre otras, etc., al igual que identificaron cosas buenas que hacen como : ayudar a las personas, ser respetuoso/a con los demás, paciente, etc. Identificaron no solo los triunfos donde se recibe un reconocimiento por los promedios que obtienen, sino que anotaron aquellos logros personales como aprenderse las tablas de multiplicar en algunos casos, el estar o escuchar a las personas lo vieron como un logro y considero que si puesto que no todos tienen la disponibilidad de ayudar o escuchar ya que a muchos les da pena hacerlo. También se platicó con el grupo que cada árbol puede crecer y se escucharon las opiniones sobre como lo puede hacer, se mencionó que puede crecer desarrollando todo lo positivo, siendo optimistas, realizar las cosas con seguridad. Al realizar la actividad y anotar cualidades buenas, positivas se identifica la autoestima que tiene cada niño/a.

En esta actividad la mayoría experimentó pena al leer lo que tenía su compañera/o en el árbol otros curiosidad, otros estaban felices por leer lo que tenían sus compañeras/compañeras.

A continuación ejemplos de los árboles realizados.







#### **4.El proyecto de persona.**

Antes de comenzar se practicó el ejercicio de calma, el orden en el espacio del salón y se les pidió que se concentraran para poder realizar la actividad.

Luego se dieron las indicaciones pertinentes, crear una descripción de ellos mismos/as de lo que querían llegar a ser, lo que eran en ese momento y lo que necesitaban de los demás para llegar a la meta. Para llevar a cabo la actividad se les indicó que analizaran que habían hecho hasta ese momento de su vida, que sueños tenían y como lo lograrían, que si ellos se lo proponían iban a derribar esos obstáculos y confiar en lo que ellos eran capaces de alcanzar teniendo un propósito para alcanzar la meta.

Al terminar de redactar se les invitó a compartir la redacción del texto. La mayoría compartió ante todos sus compañeros el contenido de su descripción. En las distintas descripciones mencionaron como son, lo que les gusta hacer, lo que quieren llegar a ser y como lo van a lograr, mencionaron que para lograr sus metas necesitan de sus padres, amigos y en su propia confianza, surgieron en estas descripciones ya imágenes futuras lo que quieren llegar a ser: escritor, ingeniero, abogada, veterinaria, arquitecto, futbolista, pintor profesional, agrónomo, etc., en algunos todavía no se definen por lo que quieren llegar a ser, mencionan que necesitan apoyo para ser mejor como personas, por lo cual se les comentó que siempre tienen que tener presente que como personas son únicas e irrepetibles y que en todo momento recuerden que ellos son los que toman sus propias decisiones y que deben de confiar en sus capacidades, en lo que conocen y lo que deben hacer para llegar a la meta.

## Ejemplos de las descripciones.

Jueves 27 de Junio 2024.  
 Escuela Benito Juárez 6º 9º 3 periodo.  
 Daniela Valencio Hernández.

### Descripción:

El proyecto de persona que quiero llegar a ser lo que soy ahora y que requiero de los demás para alcanzar la meta.

En el futuro quiero ser una arquitecta, tener mi casa, mis carros, viajar por el mundo, pero sobre todo aprender y darles todo a mis padres. Primero quiero sacar mi primaria, luego la secundaria, luego el bachillerato y después la universidad y por último sacar mi carrera y graduarme.

Después trabajar comprar todo lo que necesito para vivir y compartirle otra casa a mis padres, viajar por el mundo y conocer Baja California Sur, Hermosillo Sonora, Bucar entre otros lugares. Ya que tengo todo eso pensar en casarme pero primero interesarme en esos cosas del amor.

Formar una familia y luego sacar a mi niño adelante junto a su papá. Pero nunca desampararme de mis padres ni dejarlos solos para eso necesito de mis padres que nunca me dejen sola y que me apoyen y mis amigos que me motiven y más que nada yo que nunca me des por vencida y enseñarme a caer y a levantarme.

Jueves 27 de Junio de 2024  
 Escuela Benito Juárez 6º 9º 3 periodo  
 Amanda Stefania Besenide Díaz

Descripción: Del proyecto de persona que quiero llegar a ser lo que soy ahora y que requiero de los demás para alcanzar la meta.

Lo que yo quiero llegar a ser una persona grande quiero trabajar proponerme lo que quiero yo sé que ahora no soy una persona capaz de proponerme lo que quiero pero con mucho esfuerzo voy a lograr ser alguien en la vida.

Con mucho apoyo de mis padres, de mis amigos y amigos y de mi misma voy a lograr lo que me propongo sé que la vida me va a poner varios retos pero los voy a tener que superar con mucho esfuerzo.

Ximena López Galván  
Jueves 27 de junio de 2024  
Benito Juárez  
3er periodo 6º grado grupo A

Descripción: del proyecto de persona que quiero llegar a hacer lo que soy ahora y que requiero de los demás para cumplir la meta

Soy Ximena López Galván  
En este largo camino de vida, por el momento yo soy Inmadura, pero Inteligente, Empoderada y Capaz.

En un próximo futuro yo quiero llegar a ser una jueza o otra profesión pero quiero terminar todos mis estudios y para eso entonces espero ser alguien madura, Inteligente, capaz y sobre todo seguir confiando en mí.

Para poder lograr eso necesito la ayuda de mis padres, mis familiares y conocidos cercanos ya que gracias a ellos es posible ser yo y nunca dejarme influenciar por nadie y poder seguir adelante

SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DE GUANAJUATO Ximena López Galván 27 de junio de 2024

Descripción del proyecto de persona que quiero llegar a ser lo que soy ahora y que requiero de los demás para alcanzar la meta

Para llegar a ser jueza o profesora y solo me necesito de mí misma y mi familia que me apoyen y y largo que tener en mi mente la meta y que lo voy a lograr ahora estoy en el camino de mis estudios para lograr todo

Jueves 27 de junio de 2024

Escuela Benito Juárez

6: A 3er periodo

Rogelio Parra Galván

Descripción: del proyecto de persona que quiero ser lo que soy ahora y que requiero meta

¿Que tipo de persona soy? de seguro nadie lo sabe lo ha preguntado pero soy alguien muy calmado y en ocasiones me alboro pero se divertir me y me gusta hacer algo no me gusta esto siendo ¿in? ser nada.

A mi me gusta practicar deporte y me gustaría llegar a ser un gran escritor con el apoyo de mi familia y mis amigos si me alentan y confían en mí además me encantan la idea de independizarme y levantar mi casa y vivir soltero y punto, :)

Jueves 27 de junio de 2024  
Escuela Benito Juárez  
6: A 3er periodo  
Samuel Lopez Sampedra

Descripción: Del proyecto de persona que quiero llegar a ser. lo que soy ahora y que requiero de los demás para alcanzar la meta.

Soy Samuel y una de mis principales metas es terminar todos mis estudios. Después de terminar mis estudios quiero ser un agricultor y por ahorita voy en primaria y estoy en primaria estoy apunto de graduarme de primaria.

Yo ocupo ayuda de mis padres para terminar todos mis estudios.

### 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>		X			
<b>Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 3.</b>			X		
<b>Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 3.</b>			X		
<b>Integra evidencias gráficas y explicación de los ejercicios realizados en colectivo.</b>			X		