



## Formato de PTP 3

### Módulo 3

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

Las actividades realizadas en este módulo fueron muy interesantes, ya que me permitieron conocerme mejor y profundizar en mi autonomía emocional. A través de las estrategias y ejercicios propuestos, reflexioné sobre mis gustos y las áreas que me gustaría mejorar, sé que no es fácil, porque al menos a mí me ha sido difícil realizar el ejercicio de autoconocimiento, eso de identificar mis fortalezas y debilidades me hizo pensar mucho, pero fue bueno reflexionar que tipo de persona y docente soy. Estas prácticas me motivaron a continuar trabajando en mi desarrollo personal y en la construcción de un liderazgo afectivo y efectivo, para ser un mejor modelo a seguir y ser agente de cambio en mis estudiantes. En pocas palabras seguir estimulando la autonomía emocional propia y de mis alumnos.

Se realizó dos actividades “El regalo” y “El proyecto de persona”.

**La actividad "El regalo"**, tuvo como propósito ayudar a los alumnos a reflexionar sobre su autoestima, reconociendo su valor personal y las emociones relacionadas con su autoconcepto. Las emociones y sentimientos personales que se generaron fueron sorpresa, al mirar dentro de la caja y descubrir que el “regalo valioso” es su propio reflejo, esta emoción se originó porque lo que ellos esperaban a inicio fue de encontrar “algo” que pudieran manipular y no contaban con que fuera el reflejo de ellos mismos. Esta sorpresa los llevo a una reflexión inmediata sobre el valor que cada persona tiene y, a su vez, le abrió la puerta al descubrimiento. También les generó Alegría y satisfacción, al reconocer características positivas propias o al escuchar a otros hablar sobre el valor de cada uno puede generar un sentimiento de alegría o satisfacción personal, lo cual fortalece la autoestima al resaltar aspectos que quizá no se valoraban antes, con esto se reforzó el autoconcepto positivo y motivo a los niños a aceptarse y sentirse bien consigo mismos. También surgió un sentimiento de inseguridad al reflexionar sobre las cosas malas o lo que no les gusta de sí mismos y mencionar que desean cambiar. Esto último, se manejó con cuidado y se tomó como oportunidad para trabajar el desarrollo personal, reconociendo que el cambio es posible y valioso cuando es para mejorar la convivencia grupal o en casa. Por medio de la actividad realizada no solo promovió la introspección, sino que también dio pie a tener un espacio seguro para explorar y aceptar los propios sentimientos.

Las acciones llevadas a cabo para lograr la actividad fueron crear un ambiente seguro y cómodo, lo que permitió que los niños se sintieran confiados para compartir sus emociones y reflexionar de manera sencilla sobre su autoestima. El uso de un elemento simbólico, como la caja con el espejo, captó su atención y generó curiosidad, destacando el mensaje de que cada uno de ellos es único y valioso. Además, las preguntas guiadas ayudaron a que los niños identificaran, de manera acorde a su edad, las cualidades que los hacen especiales, fortaleciendo su autoconcepto y autoestima de manera positiva. La actividad fomentó la reflexión personal y el reconocimiento de las emociones en los

niños, ayudándolos a identificar lo que les gusta de sí mismos y a valorar su individualidad. Esto contribuyó a desarrollar su autoestima y a fortalecer su bienestar emocional, promoviendo una base temprana para la autonomía emocional. Además, el rol del docente como guía creó un ambiente seguro y propicio para el autoconocimiento, lo que favoreció el desarrollo emocional tanto de los niños como de los adultos involucrados.

En la actividad “El proyecto de persona”, los niños experimentaron emociones relacionadas con la reflexión sobre sus sueños, el reconocimiento de sus intereses y la interacción con sus compañeros. Manifestaron alegría y entusiasmo al hablar de lo que quieren ser en el futuro, sintiéndose felices y orgullosos al compartir sus ideas en un ambiente respetuoso. También se fomentó la confianza y seguridad, al sentirse cómodos para expresar sus pensamientos sin temor, reforzando su autoconfianza al saber que sus metas son valoradas. Además, desarrollaron empatía e interés por los demás al escuchar los sueños de sus compañeros, promoviendo conexión emocional, habilidades sociales y un sentido de comunidad. Estas emociones enriquecieron su experiencia y fortalecieron su desarrollo emocional y social.

En la actividad se creó un *ambiente tranquilo y seguro* formando un círculo y utilizando la técnica de “La respiración de la calma” para ayudar a los niños a relajarse. Se les invitó a *reflexionar y compartir sus intereses personales* respondiendo preguntas sobre qué quieren ser de grandes, qué son ahora y quién los ayudará, fomentando la expresión de sus aspiraciones en un entorno respetuoso. Las respuestas se *registraron* en un papel bond con cuatro secciones para organizar las ideas. Finalmente, se realizó una *reflexión grupal para identificar metas compartidas*, promoviendo empatía y trabajo colaborativo. Estas acciones facilitaron que los niños expresaran sus sueños y reflexionaran sobre cómo lograrlos. La actividad fomentó la reflexión personal y el reconocimiento de sueños e intereses, ayudando a los niños a asumir responsabilidad sobre sus metas y bienestar emocional, fortaleciendo su autonomía emocional. Mi papel como docente fue de liderar el proceso creando un ambiente seguro y guiando las reflexiones, demostrando liderazgo y promoviendo el trabajo en equipo. Además, los estudiantes fortalecieron su autoestima al reconocer sus capacidades, mientras que como docente reforcé mi autoestima al ver el impacto positivo de mi orientación en los niños. En resumen, la actividad promovió el desarrollo emocional y social de los estudiantes y fortaleció el liderazgo del docente.

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

En ambas actividades, "**El regalo**" y "**El proyecto de persona**", se promovió la autoestima al reconocer su valor personal, ayudando a los niños a verse como únicos y especiales. Se creó un espacio seguro para expresar ideas y emociones, fortaleciendo su confianza. Además, se les guió para identificar sus fortalezas y reflexionar sobre sus cualidades y metas, lo que enriqueció su autoconcepto. Escuchar a sus compañeros fomentó empatía y sentido de comunidad, haciéndolos

sentir valorados y apoyados. Las actividades realizadas reforzaron el valor personal, la expresión libre y el reconocimiento de fortalezas y metas.

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

Las actividades realizadas ayudaron a los niños a comprender y trabajar en su autoestima. En "**El regalo**", reflexionaron sobre su valor personal, identificándose como únicos y especiales. En "**El proyecto de persona**", reconocieron sus fortalezas, sueños y áreas de mejora, aprendiendo la importancia de trabajar en sí mismos para alcanzar metas. Ambas actividades se realizaron en un ambiente seguro, lo que fortaleció su confianza al expresar emociones sin temor a ser juzgados. Además, al compartir metas y escuchar a sus compañeros, experimentaron empatía y apoyo mutuo, entendiendo que la autoestima también se enriquece con relaciones positivas.

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

Las actividades más significativas para mí fueron "Gracias a la vida", con ella se reforzó en mí el pensamiento positivo y la gratitud, ayudándome a valorar mi rol y capacidades, se puede adaptar para realizar con los niños y fortalecer su autoestima. La actividad "Una carta al futuro", me permitió reflexionar sobre metas personales y profesionales fortaleciendo en mí el compromiso con el desarrollo personal, esta actividad tiene similitud con la actividad "proyecto de persona" que apliqué a mis alumnos, y puede adaptarse para fomentar la autorreflexión y establecimiento de metas en los niños. La "rueda de la vida" permitió evaluar aspectos personales y promover el equilibrio emocional, una dinámica que puede simplificarse para que los niños identifiquen emociones y trabajen en su autorregulación. La actividad "Tipos de liderazgo" me ayudó a comprender estilos de liderazgo y a fortalecer mi rol de docente como guía en el aula, con estrategias que fomenten la participación y confianza en los estudiantes. El video "Naturales" fue un cortometraje muy emotivo que me inspiró a reflexionar sobre el impacto que tiene un docente en sus estudiantes y la importancia que tiene el ser una influencia positiva en ellos y que los inspire a despertar el interés por una materia de estudio, como fue la biología en el vídeo y, plantearse una meta a futuro. Finalmente, el tema de "Autonomía emocional y autoanálisis" promovió en mí el autoconocimiento y la autoestima, herramientas que también pueden aplicarse para desarrollar la autonomía emocional de los niños y hacerlos más fuertes y capaces de automotivarse e implicarse emocionalmente en actividades diversas de su vida personal, social, escolar, etc. En conjunto, estas actividades fortalecieron en mí el desarrollo emocional y profesional, brindándome estrategias para inspirar, guiar y empoderar a mis niños y niñas. Las actividades propuestas en este módulo y el anterior me han gustado y observe que a través de ellas los niños y niñas se sienten más en confianza, expresan, se sienten respetados, seguros y sobre todo el ser escuchado los hace más seguros de sí mismos.

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



Actividad "El regalo", consistió en que las NN debían de pasar uno a uno a ver que hay dentro de la caja, pero previamente se explicó que dentro de ella está "el regalo más valioso y hermoso que pueda existir". Los alumnos fueron pasando uno a uno para mirar que hay en él, unos al mirar que hay adentro reflejaron sorpresa luego, se les planteó preguntas reflexivas sobre cómo se perciben a sí mismos, sus cualidades, aspectos a mejorar y lo que más les gusta de ellos mismos. Esta actividad promovió la autoestima al ayudar a los niños a reconocer su valor personal y reflexionar sobre su autoimagen en un ambiente de respeto y aceptación.



En la imagen se observa a un niño dibujando lo que vio en el espejo durante la actividad "El regalo". El niño está plasmando su autorretrato en una hoja, representando los rasgos que más llamaron su atención al mirarse. Esta dinámica favorece en los niños el autoconocimiento, ya que les permite reflexionar sobre su apariencia y sus características personales. Además, fomenta la autoestima al ayudarles a reconocer y valorar su propia identidad. También estimula la expresión creativa y fortalece habilidades motrices finas al realizar el dibujo. Al compartir sus representaciones con el grupo, se promueve la confianza y el respeto mutuo, creando un ambiente de aceptación y reconocimiento personal



En la imagen, los niños están sentados en círculo realizando una actividad de relajación como parte del "Proyecto de persona". Practican la técnica de "La respiración de la calma" para crear un ambiente tranquilo y seguro. Esta preparación favoreció que reflexionaran y compartieran sus aspiraciones, promoviendo el autoconocimiento, la confianza y la interacción positiva.



En la imagen se observa a los niños trabajando en sus dibujos como parte de la actividad "Proyecto de persona". Cada niño está representando gráficamente cómo se percibe actualmente y lo que quieren ser de grandes. Plasman sus ideas, reflejando sus intereses, sueños y aspiraciones. Esta actividad fomentó la reflexión personal, el autoconocimiento y la expresión creativa, al tiempo que fortaleció habilidades motrices y promovió la confianza en un entorno respetuoso.



En la imagen se observa los trabajos realizados por los niños durante la actividad "Proyecto de persona". A un lado, hay dibujos individuales que representan cómo se ven a sí mismos y lo que desean ser de grandes. En el centro, se encuentra un papel bond dividido en cuatro secciones, donde se registraron las respuestas de los niños a preguntas como "¿Cómo soy?", "¿Qué quiero ser?" y "¿Quién me ayudará?". Este registro permitió organizar sus ideas de manera visual. La actividad culminó con una reflexión grupal en la que los niños compartieron metas comunes, fomentando la empatía, el trabajo en equipo y la identificación de intereses compartidos en un ambiente respetuoso.

### Instrumento para evaluar el PTP 3

#### EVIDENCIA:

INDICADORES	Insuficiente 10	Suficiente 15	Satisfactorio 20	Destacado 25
Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales generados por las actividades realizadas.				
Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 3.				
Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 3.				
Integra evidencias gráficas y explicación de los ejercicios realizados en colectivo.				