



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 2

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

Las actividades se realizaron de manera muy favorable, estuvo presente en todo momento la calma, emoción, asombro de lo cual había cosas que si bien se sabía que ahí estaban no se empleaban adecuadamente, me refiero a que en algunos momentos se desvaloriza uno mismo y con las actividades que se emplearon se encontraron varias cosas que son muy gratas.

¿De qué manera se promovió la comunicación asertiva durante las actividades llevadas a cabo?

Primero llevando un momento de relajación y calma en los alumnos, al suceder esto se comenta como se siente y comienza a dejarse llevar por las emociones que se sintieron y es ahí donde los alumnos tienen una escucha activa y se vuelven respetuosos y empáticos ante los sentimientos de aquellos que logran expresarlo.

1. Hoy tus alumnos reconocen la importancia de la comunicación asertiva ¿por qué?
Si, lo veo desde el momento de apoyarse y sentir ese respeto por aquellos que conviven con ellos casi a diario,

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

Una de las actividades que más me agradaron fue "El lenguaje no verbal, ¿qué tanto dice?" esta actividad se me hizo muy importante para identificar aquellos

signos que son parte de cada uno de nosotros a diario y que muchas veces nos cuesta hablar sobre uno mismo, pero ya sabiendo identificar estos signos es mucho más fácil saber el estado de ánimo en el cual nos encontramos, en los alumnos es muy recurrente que presenten diferentes lenguajes no verbales esto puede ser de gran ayuda para acercarnos y brindarles un espacio de seguridad. Otra de las actividades fue "Hablando el mismo idioma" esta fue de gran ayuda para realizar algunas de las estrategias que nos presentan, algunas las realice con mi familia, pero la gran mayoría fue con mis alumnos, nos ha agradado mucho la de practicar la calma, pero más les ha agradado es sonreír más y relajar el cuerpo, nosotros a diario tenemos la meta de regalar de 15 a 20 sonrisas, los veo durante el día y vaya que es muy agradable ver lo que hacen entre ellos.

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

La propuesta de actividad que les presente a mis alumnos fue "Veo y siento. ¿qué es?", fue realmente muy entretenido el juego, se trabajó con las tarjetas de diferentes objetos de los cuales se los describían a sus compañeros y ellos adivinaban, fueron buscando estrategias, como fue el preguntar cuántas letras, si era fruta, animal, objeto, etc., así fue como se comenzó con esta actividad, entre risas, alegría, asombro a desconocido y entretenimiento por adivinar los objetos que se describían. Estuvieron muy atentos a las señales y pistas que los compañeros les daban.



Se le dio un pequeño giro, ahora fue momento de adivinar caras y gestos, en los cuales deberían adivinar las emociones que les describían, luego algunas situaciones que les llegaron a pasar y en las cuales estaban presente las emociones y sentimientos, esto fue muy rico pues se vieron aquellos lenguajes no verbales y lo buenos actores que son, vaya que fue entretenido y les gusto.

Al finalizar se les pregunto y fue fácil, si les gusto, que emociones experimentaron. Entre sus comentarios fueron que fue muy divertido, gracioso, alegre, pero también estuvo presente la frustración, el nerviosismo por hacerlo bien y al final la calma pues como ellos lo expresaban era solo un juego del cual se divirtieron.



Rúbrica PTP 2

Instrumento para evaluar PTP del módulo 2					
Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión					
	Insuficiente	Suficiente	Satisfactorio	Destacado	
Indicadores	1	3	4	5	Observaciones
1. Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales generados por las actividades realizadas.					
2. Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 2.					
3. Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 2.					
4. Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.					