



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

La inteligencia emocional nos empujan a estar en contacto constante con emociones, sentimientos, valores y actitudes que conforman nuestro saber ser.

Las emociones se generan como respuesta a acontecimientos o estímulos significativos para la persona, ya sean externos o internos y pueden durar de segundos a horas.

En estos momentos del ciclo escolar y por la carga de documentación a entregar uno como docente si debe de darse un tiempo para realizar ejercicios para encontrar un momento en paz y regular las emociones.

2. ¿De qué manera logré conectar conmigo mismo/a?

Primero tuve que reconocer que emociones sentía y aceptar que no las estaba manejando de una manera correcta, también tenía que regalarme algo de tiempo para mi y realizar las actividades del botiquín para encontrar un momento de paz.

3. ¿Logré conectar con mis estudiantes? ¿de qué manera?

Como ya anteriormente se ha estado trabajando con las emociones, conectar con mis alumnos fue algo sencillo también tomando en cuenta que este es el segundo ciclo escolar que estoy con ellos y desde primer grado trabajamos mucho la confianza entre nosotros.

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Es una experiencia muy bonita tanto para mi como para mis alumnos, les comenté sobre el taller que esta realizando y que ellos me ayudarían con mis tareas y ellos encantados con las actividades realizadas, una de sus favoritas fue la del “volcán de las emociones” los hizo reflexionar sobre cómo han actuado cuando se sienten como el volcán.

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

II.- SABERES QUE EMOCIONAN



***TODOS EXPRESAMOS LAS EMOCIONES DE LA MISMA MANERA**



***SABES CONTROLAR TUS EMOCIONES**



***TODOS LOS ADULTOS SABEN CONTROLAR SUS EMOCIONES**



***SENTIMOS CON EL CORAZON**



***LAS EMOCIONES Y SENTIMIENTOS SON LO MISMO**



***EL MANEJO DE EMOCIONES ES MÁS IMPORTANTE QUE SACAR LAS MEJORES CALIF.**

RÚBRICA PTP M1

Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión					
	Insuficiente	Suficiente	Satisfactorio	Destacado	
Indicadores	1	3	4	5	Observaciones
Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales que generaron las actividades.					
Identifica y explica de manera específica tres emociones y sentimientos de sus estudiantes que generaron las actividades.					
Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades de este mii proyecto.					
Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.					