DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

Durante la actividad el termómetro de mis emociones los alumnos estuvieron atentos y mostraron buena participación; aunque a algunos se les dificultaba expresar sus emociones ya que por lo regular ellos siempre deben estar bien "Feliz", se les invito a trabajar en esa parte y descubrir los colores de sus emociones.

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

Logre conectar conmigo mismo a través de cómo iba fluyendo la actividad y el darme cuenta de que el expresar las emociones es importante para una buena gestión de las mismas y llevar el tema emocional con mis alumnos.

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

Si se logró conectar a través de la reflexión, empatía de conocer las emociones del compañero y entender un poco más el tema de las emociones

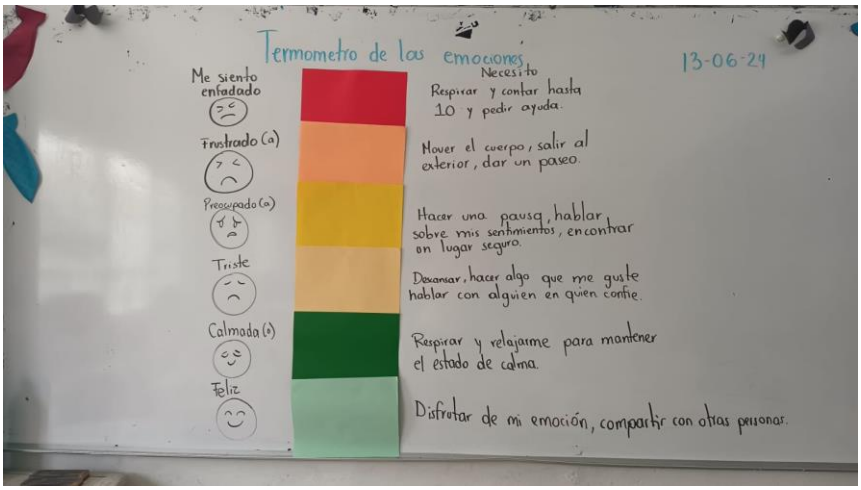
4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

   Este mini proyecto realizado con alumnos de sexto en mi experiencia presenta una mayor sensibilidad emocional y cambios de humor.

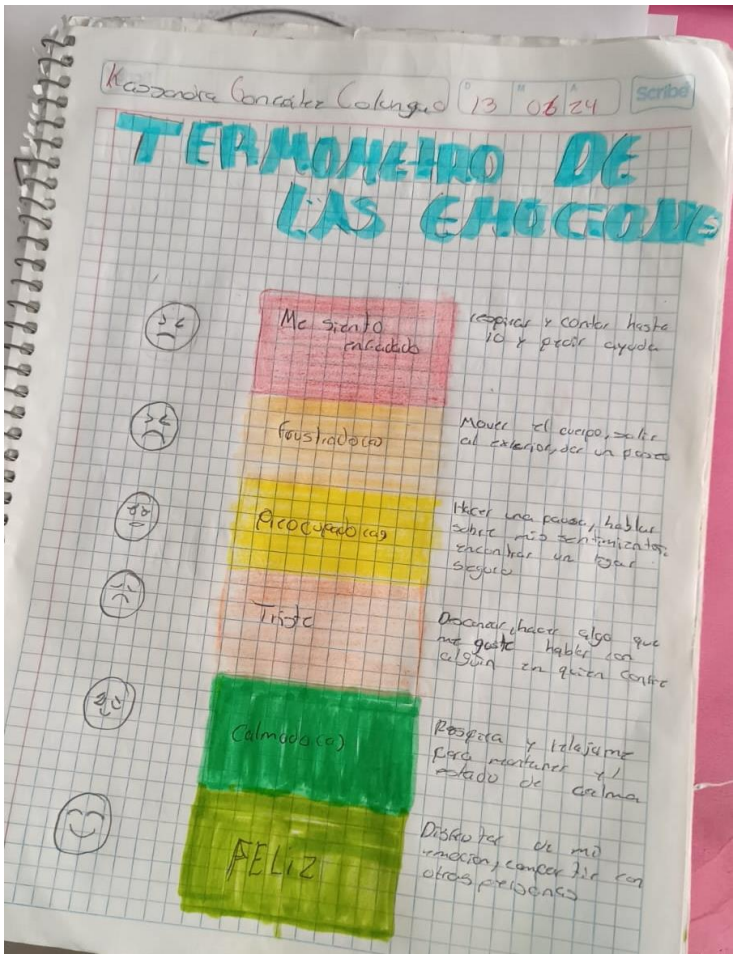
   Es importante que en la escuela nuestros alumnos sean conscientes de sus emociones ya que:

   1. Mejora del bienestar emocional: que sean conscientes de sus emociones les permite identificar cómo se sienten en diferentes situaciones y actuar en consecuencia (decidir que sentimiento le pueden dar a sus emociones. Esto puede ayudarles a gestionar el estrés, la ansiedad y otras emociones negativas, promoviendo así un mayor bienestar emocional.

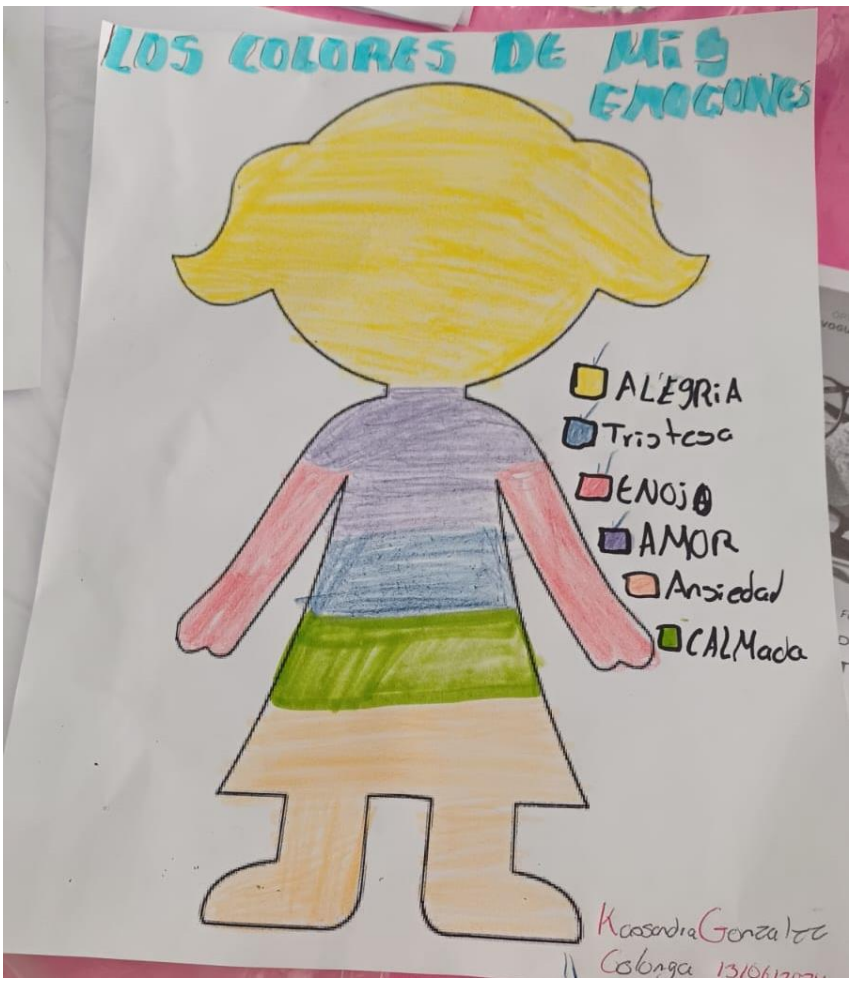
5. Evidencia fotográfica o en audio de las actividades realizadas y descripción de cada una.



Se realizó la actividad del termómetro de las emociones donde los alumnos expresaron como se sintieron durante la semana de evaluación.



Los alumnos realizaron el termómetro de las emociones en su libreta.



Se habló sobre las emociones que conocen y como las expresan a través de su cuerpo, cada uno coloreo en la silueta sus emociones

Al finalizar realizaron un mural sobre los colores de emociones.

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.				X	
Identifica y explica de manera específica tres emociones y sentimientos de sus estudiantes que generaron las actividades.				X	
Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades de este mii proyecto.			X		
Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.				X	