



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

Durante el desarrollo de la actividad “En busca de la calma perdida” reflexionamos y experimentamos de manera vivencial la conexión con uno mismo para favorecer el reconocimiento de emociones y las sensaciones que provocan en nuestro cuerpo.

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

El permitirme por medio de la actividad realizada conocerme a mí mismo a través de las emociones experimentadas, así como la percepción de emociones y sentimientos que impactaron en mi cuerpo.

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

Al inicio, la mayoría de mis alumnos mostraron interés y curiosidad por la actividad a desarrollar, posteriormente me percate de que en algunos de ellos no se logró esa conexión ya que estuvieron distraídos y apáticos.

La otra parte del grupo mostró una conciencia emocional al realizar la actividad y con ello favorecer la conexión entre docente y alumno.

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Considero que al implementar estas actividades favorecemos el desarrollo de la conciencia emocional de nuestros alumnos, que les permitirá empoderar sus emociones, les proporcionará una base sólida para enfrentar los desafíos de la vida y cultivar relaciones significativas.

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



En la fotografía se puede observar que los alumnos están realizando la actividad “En busca de la calma perdida”

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.					