DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

MARIA ALFONSA DIAZ PEREZ

Módulo 1

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

Las actividades de este primer modulo me resultaron muy atractivas, me hicieron pensar y reflexionar, pero también me divertí, y leí y leí muchas veces, pero hubo la actividad de relacionar elementos con sus descripciones donde siempre me las puso mal y me desespere. Me pusieron triste al no sacarlas correctamente, pero revisando el modulo y al corregir me puse feliz, esto me dio confianza saber cómo podemos trabajar las emociones en el aula con nuestros alumnos,y compañeros de la escuela, porque eso nos va a ayudar a conocer sobre sus capacidades socio emocionales cómo desarrollarlas en aquellos alumnos que las requieran, para que con ello puedan mejorar sus actitudes ante el trabajo en la escuela y casa, por ejemplo: a que sean simpáticos, solidarios entre otras y a que tengan una buena salud mental, aunado a ello, se verá reflejado en su proceso de aprendizaje.

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

Conmigo mismo pude identificar mis emociones alegría, tristeza, enojo, miedo, desesperación y reconocerme como una persona que me hace falta regularlas y expresarlas, porque muchas veces no las demuestro o expreso. Con mis alumnos identificamos las actitudes positivas y negativas y reconocimos que éstas actitudes están conectadas con sus emociones ya que lo que viven en casa lo reflejan en la escuela.

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

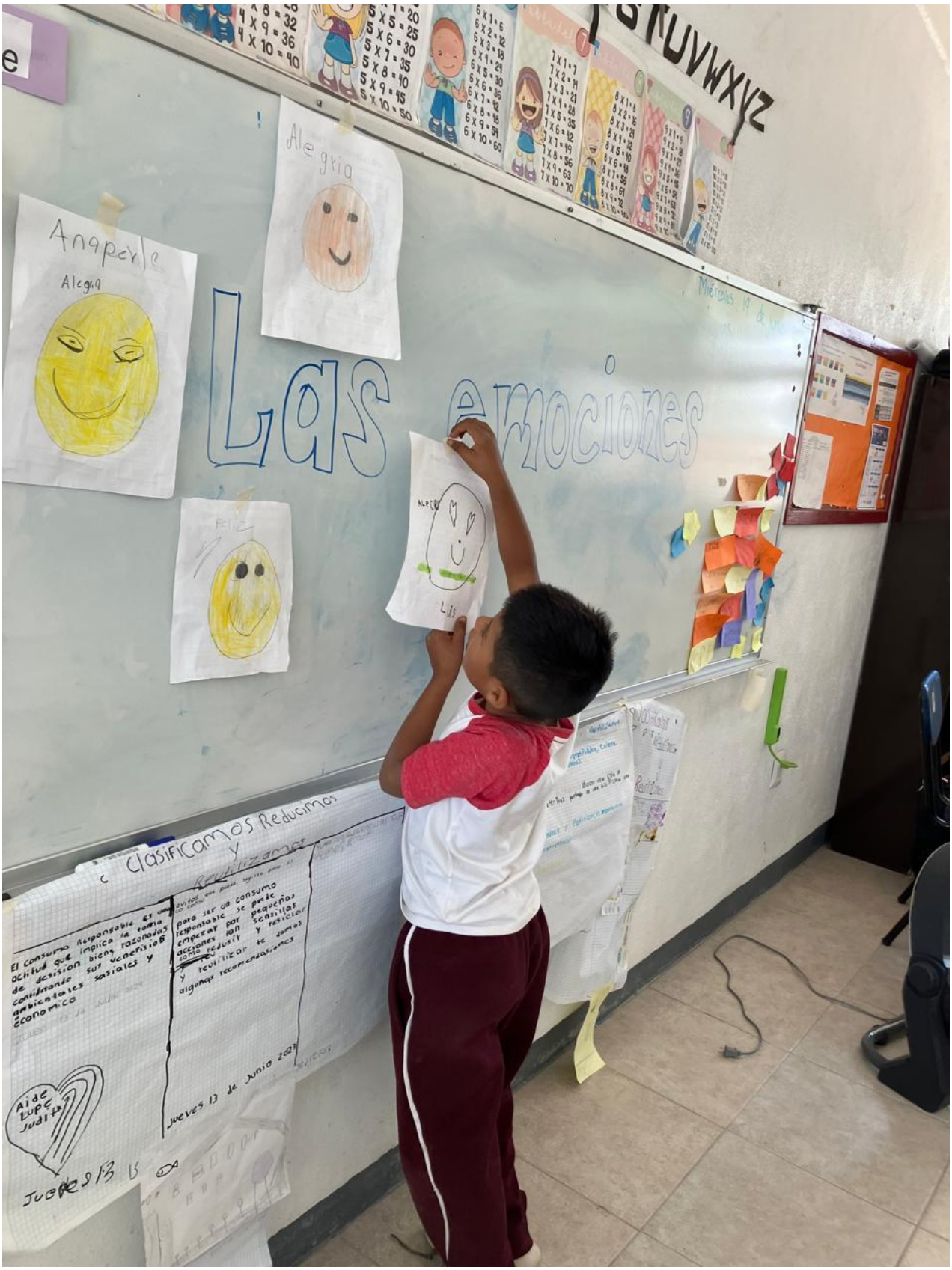
El diario de emociones trabajado durante la semana, los audios, explicaciones y carteles realizados hicieron que todos los estudiantes y docente estuviéramos en la misma sintonía, participativos e incluidos.

4. **Opinión de este primer mini proyecto realizado.**

Excelente trabajar estas actividades de identificación de emociones y por supuesto saber regularlas de manera positiva para tener una mejor relación y convivencia escolar con nuestros alumnos y maestros.

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

LAS EMOCIONES


Las emociones
Alegria
Anaperle
Alegria
Feliz
Clasificamos Reducimos y Reutilizamos
Jueves 13 de Junio 2021

Esta actividad la desarrollé con la finalidad de saber cómo se sentían cada día mis mis alumnos,si estaban contentos, tristes, enojados, asustados etc. Y que supieran identificar sus emociones y en su caso regularlas y compartirlas con sus compañeros de clase.
Esta actividad, la comencé con un diario de las emociones preguntando día a día como se sienten el día de hoy y fueron llevando un registro en su diario. Escribiendo como se sentían el día de hoy y haciendo su dibujo correspondiente. Con el propósito de hacer consciente al alumno de que existen distintas emociones que forman parte de nuestra vida y como pueden cambiar repentinamente o pueden durar hasta por periodos de tiempo prolongados.
Muchas emociones las podemos mejorar si tenemos una actitud positiva y tenemos el apoyo de las personas que nos rodean.
También dentro de las acciones donde las personas sepan manifestar sus opiniones de manera positiva, es porque en el contexto de la escuela, existen diversas opiniones y muchas veces, al opinar se generan miedos, incertidumbre o hasta pleitos, por eso con esta actividad se motiva a los alumnos de siempre respetar las opiniones o puntos de vista de las demás personas. En un ambiente de dialogo y de tolerancia.

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 mi proyecto.					
Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.					