



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

### Módulo 2

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

felicidad, miedo, sorpresa, tranquilidad, amor, humor, gratitud, esperanza, empatía, entusiasmo.

¿De qué manera se promovió la comunicación asertiva durante las actividades llevadas a cabo? \_Se dio la confianza, claridad y de una forma calmada en manejar la situación donde ellos se identificaban en que comunicación estaban si era en el dragón, tortuga o pulgar arriba, fue muy gratificante llevar estas actividades, ya que ellos y uno mismo se hace consciente de que manera debemos tener esta comunicación.

1. Hoy tus alumnos reconocen la importancia de la comunicación asertiva ¿por qué?

Si, ya que ellos ahora tienen el hábito de comunicarse de forma empática y seguir practicando la escucha activa con la pregunta ¿cómo?

Para poder contestar en forma correcta y efectiva el mensaje

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

\_Me gustó mucho esta actividad del dragón, la tortuga y el pulgar arriba, me ayudado en lo personal a darme cuenta de que hay días que si darme cuenta estaba como dragón, ahora me hago más consciente de esto y en el día a día ir mejorando para mi practica y mi vida personal , pero sobre todo para mi persona.

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

Nuestras emociones son parte de nuestra vida cotidiana, esta puede ser para nuestro éxito o para nuestro fracaso, por eso es importante saberlas trabajar a nuestro favor, una de las actividades fue estar 5 minutos en meditación y escribir con gis las emociones que descubrimos en esta actividad, después hicimos buscando la calma muy gratificante las actividades, al igual que lo del dragón, la tortuga y el pulgar arriba Anexo las evidencias



### Rúbrica PTP 2

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