



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

_La actividad generó que pensaré y reviviera de nuevo algunas emociones pues cuando se piensa en situaciones que hacen que uno se moleste parece que volvemos a ese momento y a esos pensamientos sin embargo ahora se tuvo la opción de pensar con más calma y de tener una perspectiva más tranquila de las emociones.

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

_Logré situarme en esos momentos que provocaron en algún momento emociones como la desesperación o el enojo y pude encontrar maneras más correctas de expresar y tomar las emociones que me provocan algunos sucesos.

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

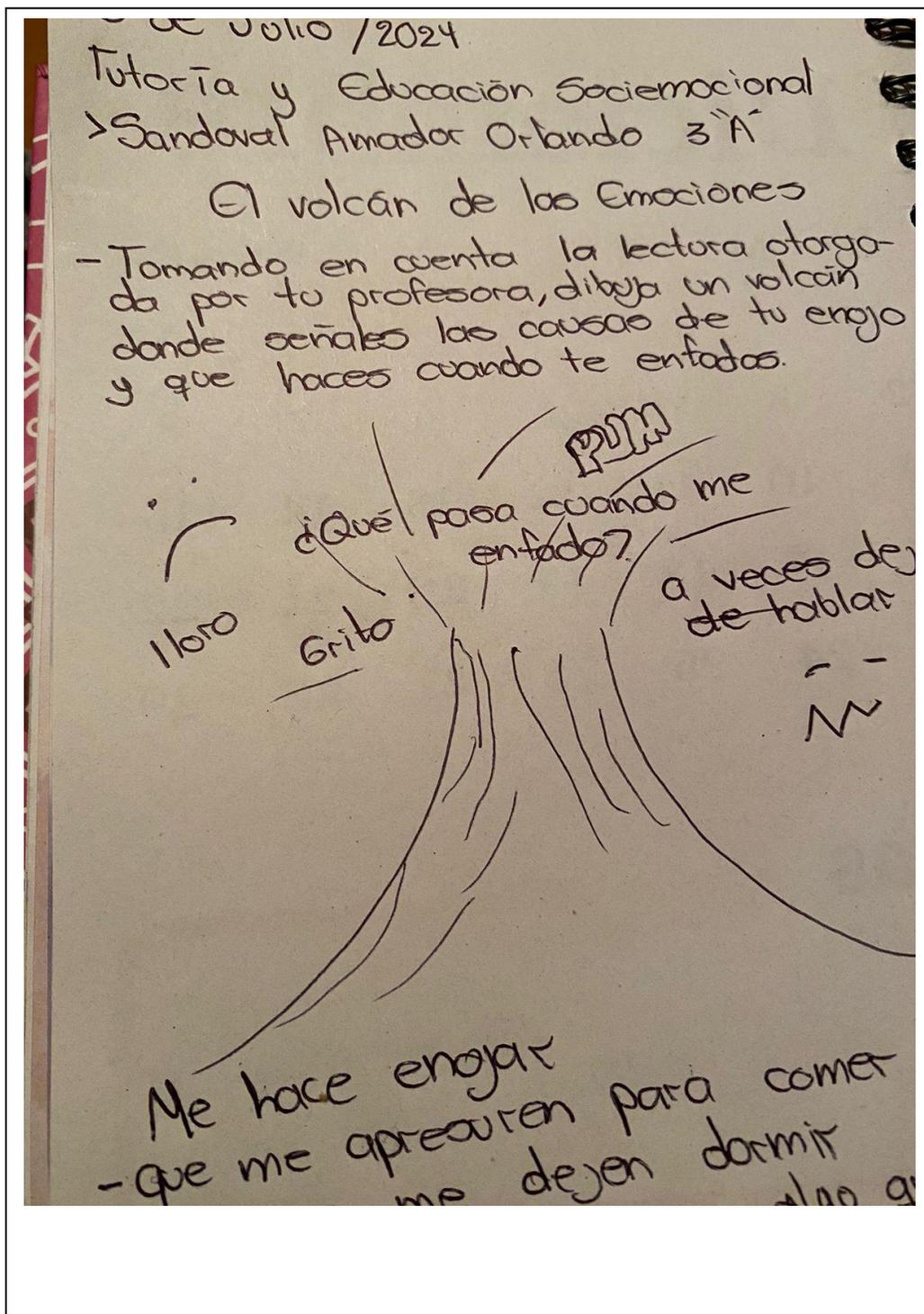
Si, logré tener una conexión más cercana pues algunos de ellos quisieron expresar sus respuestas de la actividad y con ello pudimos mantener un dialogo y una reflexión sobre las emociones y las formas de expresión que no dañen a los otros y que aun asi

validen lo que sentimos, algunos de ello fueron mas especificos y mencionaron que han tenido algunos avances en cuanto a su control.

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

___ Me parece interesante que algunos de los alumnos jamás habían intentado señalar que situaciones o cosas eran las detonantes de sus emociones, algunos solo mencionaron que se sienten desesperados y actuaban de una manera arrebatada, sin embargo esta actividad les ayudó a poner en perspectiva la importancia del control de sus emociones y del reconocimiento de las mismas para generar una concientización más profunda de su sentir, la raíz y su consecuencia.

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



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.					