



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

Los pensamientos son ideales para comenzar con el Docente como formador y apoyo de los estudiantes, las actividades son de consciencia y de reflexión... Las considero más de meditación.

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

La parte de la persona que soy conforma un liderazgo de más de 30 años trabajando para la educación. Es relevante la actualización en atención a las nuevas generaciones, por lo tanto, capacitarme es un agradecimiento a mi trabajo, poder aplicar la empatía con mis alumnos, dar responsabilidad y honestidad. Recibir sonrisas, risas, bromas, cariño, confianza.

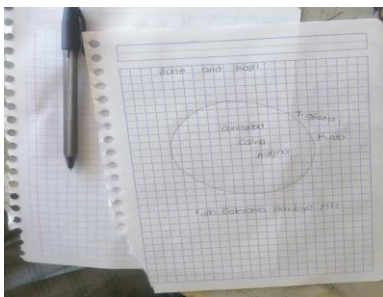
3. ¿Logré conectar con mis estudiantes? ¿de qué manera?

Es emocionante saber que nos apoyamos mutuamente y que en ocasiones puedo llegar a decirles hoy me siento cansada o **triste, feliz**, entusiasmado o un poco **enojada** y recibir la comprensión con su comportamiento y sus palabras de apoyo. Y que como Docente pueda darles unos minutos de atención personalizada, si así lo requieren y si en el momento No pudiera brindarles apoyo, canalizamos con un especialista, pero buscamos solución. Simplemente en ocasiones es cuestión de tiempo, salen a caminar y/o a platicar con un compañero o compañera de su agrado, regresan tranquilos o más relajados.

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

La identificación de las emociones, saber y sentir que no somos únicos en vivir el cumulo de las emociones. Tener **empatía** entre compañeros es relevante.

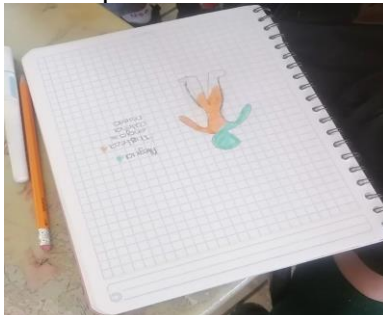
5. Evidencia fotográfica o en audio de las actividades realizadas y descripción de cada una.



“Música de tiburón” Una de las experiencias adquiridas es la clasificación de las emociones acompañadas por los cuidadores y las más difíciles acompañar. Los jóvenes relacionaron e identificaron sus emociones.



“La base de todo es... la calma” ...La elección del color después de meditar un tiempo es tomar una decisión muy personal.



“Los colores de mis emociones” 5 colores para asignar uno a cada color, es nuevamente una relación de colores con la mente y las emociones. Interiorizaron y relacionaron sus 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	Identifican emociones: Positivas Negativas Neutrales
Identifica y explica de manera específica tres emociones y sentimientos de sus estudiantes que generaron las actividades.				X	Triste Feliz Enojo
Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades de este mini proyecto.				X	Participación Empatía Apoyo
Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.				X	3 fotografías con descripción