



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

Pensamientos: Se han caracterizado por la empatía, la reflexión, la preparación, el recuerdo de experiencias y consejos positivos, y la aceptación de la realidad.

Emociones: Las emociones han sido variadas, incluyendo empatía, tristeza, gratitud, confianza, tranquilidad, calma, resiliencia, y una comprensión profunda de la tristeza.

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

1. Practico la Autoconciencia: Meditando y lleva un diario emocional.
2. Reflexionado sobre mis pensamientos y emociones: Pregúntate por qué me siento así y busca perspectivas positivas.
3. Fortalezco la resiliencia: Apóyate en amigos.

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

1. Practicado la Autoconciencia y Modelar su Comportamiento
2. Fomentar la Identificación y Expresión de Emociones
3. Reflexionando Juntos sobre Pensamientos y Emociones
4. Enseñando Habilidades de Regulación Emocional

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Fomentar la conexión emocional entre docentes y alumnos es fundamental para crear un ambiente de aprendizaje positivo y comprensivo. Esto no solo fortalece las relaciones en el aula, sino que también prepara a los estudiantes para enfrentar desafíos emocionales con resiliencia y empatía.

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



EL "CUBO DE LAS EMOCIONES" ES UNA HERRAMIENTA VISUAL UTILIZADA PARA AYUDAR A LOS NIÑOS A IDENTIFICAR Y COMPRENDER SUS EMOCIONES. SE REPRESENTAN EXPRESIONES FACIALES QUE REPRESENTA DIFERENTES EMOCIONES BÁSICAS COMO ALEGRÍA, TRISTEZA, ENOJO, MIEDO, SORPRESA, Y CALMA. ESTE MÉTODO AYUDA A LOS NIÑOS A APRENDER A RECONOCER SUS PROPIAS EMOCIONES Y LAS DE LOS DEMÁS, FACILITANDO ASÍ LA COMUNICACIÓN EMOCIONAL Y EL DESARROLLO DE HABILIDADES DE EMPATÍA.

CUENTOS Y LECTURAS SOBRE EMOCIONES: LOS ALUMNOS LEEN LIBROS QUE TRATEN SOBRE EMOCIONES Y DISCUTE CÓMO SE SIENTEN LOS PERSONAJES Y QUÉ APRENDEN DE SUS EXPERIENCIAS EMOCIONALES. ESTO LES PERMITE IDENTIFICAR Y COMPRENDER MEJOR SUS PROPIAS 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		
Identifica y explica de manera específica tres emociones y sentimientos de sus estudiantes que generaron las actividades.			X		
Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades de este mii proyecto.			X		
Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.			X		