



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 2

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

En el caso de la actividad veo y siento lo que es los alumnos demostraron diferentes emociones como: la alegría por aprender jugando, la frustración de no poder adivinar lo que su compañero estaba dibujando, coraje por querer describir lo que sentían, felicidad cuando adivinaban el ejercicio, tristeza cuando no lo adivinaban, en fin, un sin número de emociones reflejadas en sus rostros y en su lenguaje corporal.

2. ¿De qué manera se promovió la comunicación asertiva durante las actividades llevadas a cabo?

La comunicación asertiva se promovió al inicio de la sesión dando las indicaciones de la dinámica y su propósito durante la sesión entre compañeros respetando las indicaciones y al final del mismo ejercicio donde se pudieron compartir sus experiencias, sentimientos y emociones.

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

Si, reconocen la importancia de la comunicación asertiva puesto que han aprendido que esta nos permite dialogar con calma y respeto, expresando lo que queremos decir, pero sin herir los sentimientos de las otras personas y de esta manera evitar conflictos.

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

En lo personal la respiración sintiente puesto que en este ciclo escolar se a trabajado en los CTE con la salud integral de los docentes puesto que debemos estar bien para poder brindar consejos de bienestar a la comunidad escolar y en una parte de los compromisos de dichos CTE se nos pregunta que hacemos para cuidarnos, para estar bien física, mental y emocionalmente y algo en lo que la mayoría coincidimos fue en el

tiempo que nos damos para descansar y meditar hoy en día como ya lo mencione en el ptp 1 este curso me ha ayudado a desestresarme un poco del trabajo con dichos ejercicios puesto que al ser cierre de ciclo tenemos una gran cantidad de carga administrativa y por un momento pensé otro curso? más trabajo, más estrés; sin embargo nos brinda pequeños momentos para practicar la calma, reafirmar y practicar la gratitud, atención y concentración, cosa que hoy en día difícilmente llevamos a cabo.

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

Actividad: Veo y siento ¿Qué es?

Tipo de técnica: comunicación y sensibilidad.

Objetivo que logren comunicar por medio de dibujo o palabras descritas en una hoja pegada a su espalda.

Material: Hojas, cinta, colores, plumas.

Duración: 10-20 minutos

Desarrollo: En dos grupos, en fila india, se elige a un representante de cada uno que será el encargado de transmitir un mensaje (dibujo sencillo que le enseñará el director del juego). Para pasar el mensaje a través de la fila, cada persona tendrá que dibujar en la espalda de su compañero o compañera de delante el dibujo, sin hablar ni realizar sonidos. El primero de la fila, tendrá un papel sobre el que dibujará su percepción del mensaje. Se puede dar un punto al grupo que más se aproxime su dibujo al original.



Rúbrica PTP 2

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