DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

Siempre teniendo calma fue una emoción donde se pudo experimentar una sensación agradable, tomando conciencia de las propias emociones, desarrollando las diferentes actividades fue muy útil tanto para mis alumnos y para mí.

En cada uno de los procesos de enseñanza y aprendizaje de nuestros alumnos y en a cualquier momento de sus vidas están presenten las emociones.

Como bien sabemos la educación emocional es un proceso educativo, continuo y permanente que pretende potenciar el desarrollo de las competencias emocionales, como elemento esencial del ser humano, con la finalidad de aumentar el bienestar personal y social.

De esta manera mis alumnos manifestaron diferentes emociones alegría, miedo, enojo, angustia, sus pensamientos quedaron claro conforme se desarrollaban las actividades quedaron muy entusiasmados, contentos, Se trabajo el volcán de las emociones donde los alumnos fueron pegando en el pizarrón que hacen cuando se enfadan , ellos experimentan el llorar, el gritar , unos dicen maldiciones otros plasmaron que se lastiman , posterior se comentó una a una y analizar que el ser humano expresa sus emociones de alguna manera , y las cosas que les hacen enojar algunos comentarios fue cuando me quitan el celular, no me dejan salir , cuando me regañan , que no me hagan caso, etc. muchos coincidieron en las respuestas y el termómetro emocional , aprendieron a regular sus emociones.

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

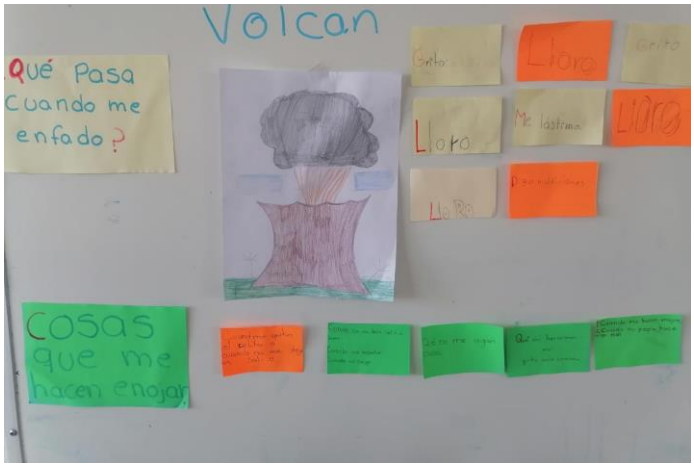
__Teniendo calma, respirando unos minutos, exhalando, inhalando, realizando y conociendo cada actividad, posterior cuando escuchaba los audios fue una sensación muy agradable que se fue dando poco a poco.

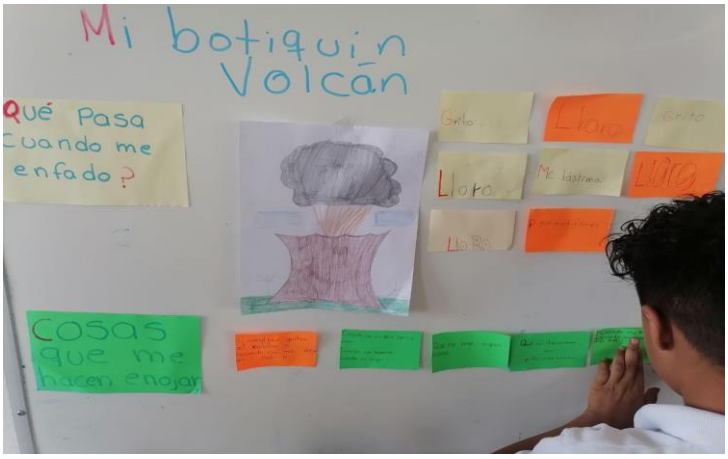
3. ¿Logré conectar con mis estudiantes? ¿de qué manera?
   Si
   De la manera en sentir emociones por hacer algo, trabajo individual, el querer participar pasar al pizarrón y expresar sus emociones.

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.
   En mi opinión me siento muy contenta deber la manera en que mis alumnos participan expresan sus emociones, además de que es un mini proyectó muy completo que genera a que las personas sean mas consientes conozcan y sepan llevar a cabo sus emociones durante su vida, además de que ayuda a fomentar empatía, amor, respeto, entre sus compañeros y los demás, aprendan a escuchar lo que dicen, piensen y sienten los demás.
   Considero que las actividades fueron muy productivas y que en todo momento se pueden realizar en el grado que sea, nivel que sea y logren expresar sus pensamientos y emociones.

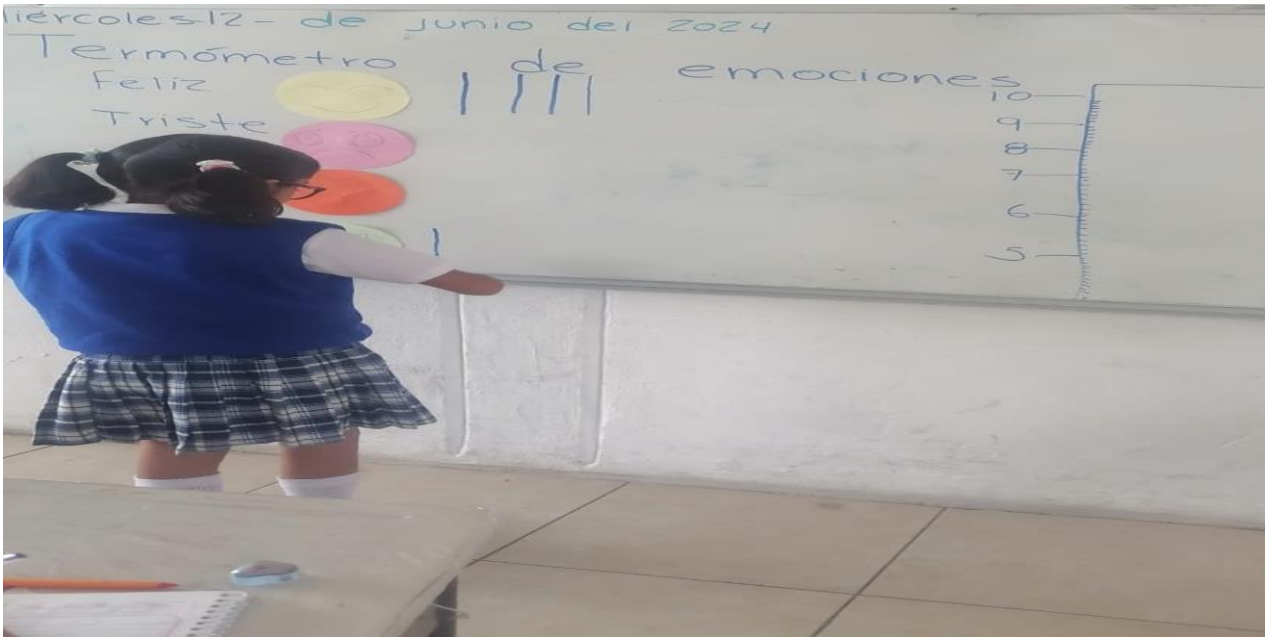
5.-Evidencia fotográfica o en audio de las actividades realizadas y descripción de cada una.

En esta actividad se está trabajando el volcán de las emociones



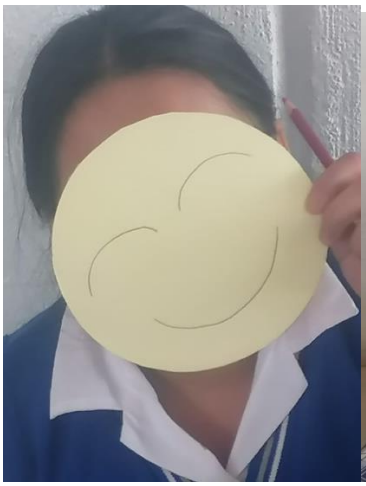


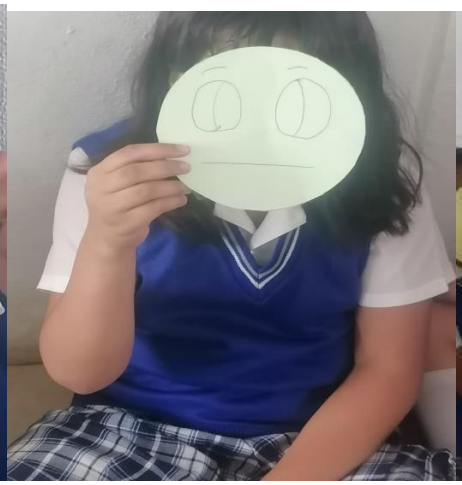
Aquí están pasando y se están apoyando en las frases de su volcán



Aquí empezaban a trabajar con el termómetro de las emociones

Primero estaban expresando como eran sus emociones después de haber realizado una actividad antes.





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	