



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

Personales:

Satisfacción: Sentí una gran satisfacción al ver a los alumnos participar activamente en las actividades. Su interés y entusiasmo fueron contagiosos.

Empatía: Al escuchar a los estudiantes compartir sus emociones, me puse en su lugar y comprendí mejor sus experiencias y sentimientos.

Orgullo: Me sentí orgullosa al observar cómo los alumnos eran capaces de identificar y expresar sus emociones con claridad y sinceridad.

De los estudiantes:

Curiosidad: Los alumnos mostraron curiosidad y deseo de aprender sobre cómo manejar sus emociones, especialmente al relacionar sus sentimientos con el termómetro emocional.

Relajación: Hubo un ambiente de calma y relajación cuando compartieron sus emociones y experiencias. Parecía que se sentían seguros y cómodos.

Auto-reflexión: Durante la actividad del "Volcán de emociones," los estudiantes reflexionaron sobre sus propias experiencias con el enojo y cómo podrían manejarlas mejor en el futuro.

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

Logré conectar conmigo misma al reflexionar sobre mis propias emociones mientras guiaba a los estudiantes en estas actividades. Al explicar la importancia de reconocer y gestionar las emociones, me di cuenta de que yo también necesitaba aplicar estos principios en mi vida diaria. La actividad del termómetro emocional me hizo recordar momentos de mi propia vida en los que mis emociones actuaron, y cómo he manejado esas situaciones.

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

Sí, logré conectar con mis estudiantes. Compartí algunas de mis propias experiencias con las emociones, lo que ayudó a humanizarme ante ellos y demostrar que todos experimentamos emociones intensas.

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Considero que este primer mini proyecto fue un éxito rotundo. Las actividades no solo fomentaron la autoconciencia y la gestión emocional entre los estudiantes, sino que también fortalecieron nuestra relación como grupo. Los alumnos se mostraron receptivos y comprometidos, y la dinámica grupal mejoró significativamente. Creo que seguir incorporando este tipo de actividades en el aula será beneficioso para el desarrollo emocional y social de los estudiantes.

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



Foto del termómetro dibujado en el pizarrón con las marcas personales de los estudiantes.



Cada estudiante eligió su nivel emocional y los motivos de sus elecciones.



Los estudiantes atentos durante la lectura del cuento.



Salieron a realizar una pintura sobre el volcán



Producciones de los alumnos con palabras de acciones que realizaban cuando se sienten enojados



Los estudiantes compartiendo sus experiencias frente al grupo. Así como las respuestas a las preguntas sobre el volcán.

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 mini proyecto.					
Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.					