



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 1 Huerta López Angélica

1. Pensamientos y emociones de las actividades llevadas a cabo.
 - **Alegría** por haber sido considerada a participar en actividades de tipo socioemocional que tienen un fundamento en la teoría y darme cuenta que pueden ser aplicadas de forma positiva para el beneficio de mis estudiantes
 - En cuanto vi el vídeo de Rita me invadió la **ternura**, llegaron recuerdos de aquellos maestros que tocaron mi alma y que se convirtieron en su momento en mis héroes porque hubo un momento en mi vida donde pensé abandonar la escuela.
 - Me costó mucho trabajo la primera actividad así que cuando la pude resolver sentí **Alivio**, y obviamente **tranquilidad** de saber que podía continuar con mis actividades.

2. ¿De qué manera logré conectar conmigo mismo/a?
 - Cuando me puse a revisar los temas me di cuenta que he dejado de hacer las cosas que me gustan, olvidé por un momento que tengo héroes que me inspiran y con quienes me comprometí a dar lo mejor de mí.
 - Con los ejercicios de respiración me doy espacio para hacer un alto y replantear las acciones que estoy llevando a cabo con mis niños, y hacerles modificaciones que saquen la mejor parte de sus emociones
 - Me di cuenta que soy capaz de hacer las cosas que se me dificultan simplemente dando un respiro a mi cerebro y acallando las voces que no me permiten concentrarme.

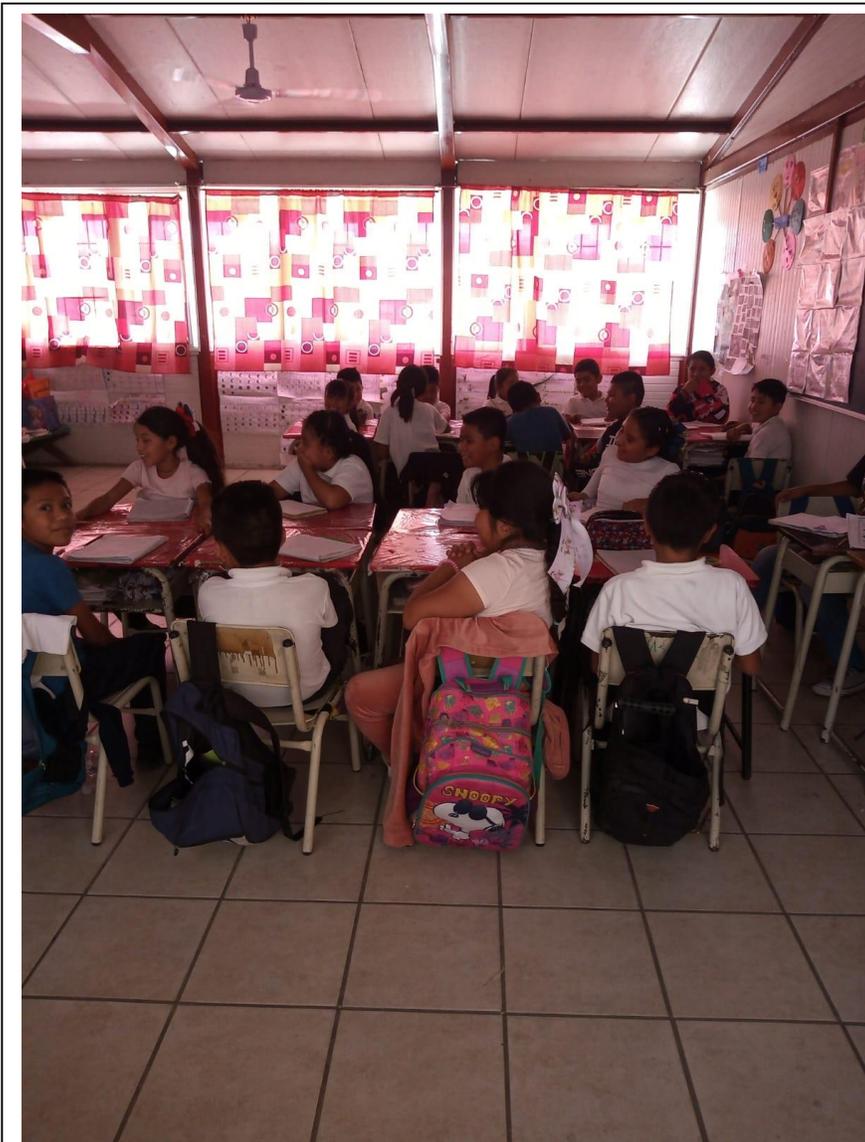
3. ¿Logré conectar con mis estudiantes? ¿de qué manera?

Si

 - Realicé algunas dinámicas que me dieron un resultado estupendo y una participación que me dejó sorprendida, sobre todo de aquellos que casi no lo hacen porque son los “tímidos de la clase” una de ellas fue la de “carta a mi amigo” donde les solicité realizar

tres pequeños escritos donde les agradecían a sus compañeros por.... Y al final de la lectura se paraban de sus lugares y le entregaban la carta y le daban un abrazo (foto 2)

- Otra manera en la que conecté con mis alumnos fue con la dinámica “adivina como vengo el día de hoy” y “dame un consejo” en esta actividad los alumnos arrojaban una bola de estambre a alguien de sus compañeros y le decían como percibían su estado de ánimo y alguna sugerencia para mejorar su día. (foto 1)
 - Compartir los alimentos es una muy buena manera de conectar con los alumnos y saber cómo se sienten y cómo podemos ayudarles, en un par de ocasiones unas alumnas me dijeron “mamá” en lugar de maestra y eso se siente muy bonito,
 - A la entrada de la escuela hay una maestra a quien le toca la guardia y nos vamos turnando para ese rol, opté por estar en la puerta saludando a todos los alumnos que llegan a la escuela, independientemente de que sean mis alumnos o no.
4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.
- a) Me gusta trabajar actividades que permitan a los niños sacar esa energía y sobre todo aquellas que tienen un trasfondo con sustento.
 - b) Los temas han sido accesibles, no así la primera actividad, espero que conforme avance el curso podamos encontrar actividades similares.
5. Evidencia fotográfica o en audio de las actividades realizadas y descripción de cada una.



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