



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

Conectar con mis emociones, encontrar un momento para encontrar la calma, después de un día de estrés, emocionada con la reacción de mis alumnos ante las actividades que les propuse como parte de este primer proyecto

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

Logré darme cuenta de algunos pensamientos que me estaban causando estrés.

También pude darme la oportunidad de relajarme, de felicitarme por las cosas que he logrado hacer bien o mejor.

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

Con mis alumnos logré conocer lo que los calma, lo que les enoja y algunas situaciones familiares por las que están pasando, lo que les causa alegría, dejarlos por un momento sentarse en el piso, escogiendo con qué compañero estar cerca para platicar y realizar las actividades, ver de qué manera interactuaban más libremente, verlos contentos al cambiar la dinámica, ya que por lo general trabajan en equipos que se forman de forma aleatoria.

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Este proyecto fue interesante, darme cuenta de que necesito darme el tiempo para conectar con mis sentimientos que experimento durante el día y darme un momento de reflexión que las emociones es importante manifestarlas y no guardarlas.

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



Mis alumnos de 4° con su dibujo de la actividad “El color de la calma”



Mis alumnos de 4° con su dibujo de la actividad “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 mii proyecto.					
Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.					