



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

### PERSONAL (PTP)

#### Módulo 1

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

Logre reconocer algunas situaciones que me llevan a experimentar algunas de las emociones y pude trabajarlas conforme a las sugerencias del termómetro de las emociones.

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

Contactando y enfocando mi mente con el presente y con las cosas que estoy haciendo en ese momento.

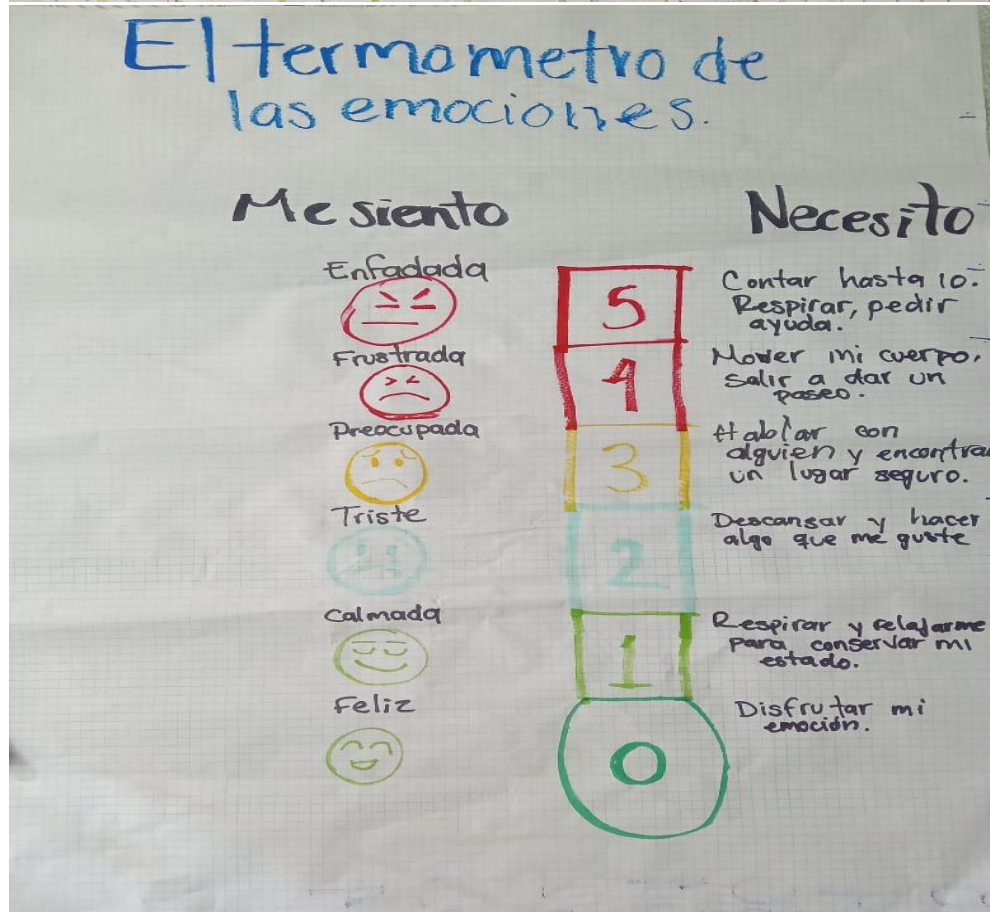
3. ¿Logré conectar con mis estudiantes? ¿de qué manera?

Si, entre todos logramos reconocer la diferencia entre pensamiento y sentimiento, ademas de que describimos la sensación que sentimos cuando experimentamos una emoción.

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Fue significativo reconocer en conjunto con mis estudiantes que las emociones nos ayudan a tomar decisiones, entender el mundo y son importantes en nuestras relaciones.

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.                                      |              |            | *             |           |               |