



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DE GUANAJUATO



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

### PERSONAL (PTP)

#### Módulo 1

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

Durante la implementación del proyecto "Diario Emocional y Rueda de Emociones", experimenté una mezcla de emociones. Primero, sentí expectativa al introducir la actividad, preguntándome cómo reaccionarían los estudiantes. A medida que los alumnos comenzaron a compartir sus experiencias, sentí empatía y conexión, comprendiendo más profundamente sus desafíos emocionales. Finalmente, al observar cómo se apoyaban mutuamente, sentí una profunda satisfacción y orgullo por haber facilitado un espacio de crecimiento emocional.

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

A través de la reflexión diaria en el diario emocional, me di cuenta de la importancia de ser consciente de mis propias emociones. Al escribir mis sentimientos junto con los estudiantes, me volví más consciente de mis estados emocionales y pude identificar patrones en mi respuesta emocional a diferentes situaciones. Esto me permitió ser más paciente y comprensivo, tanto conmigo mismo como con mis estudiantes.

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

Sí, logré conectar de manera significativa con mis estudiantes. Durante las sesiones de la "Rueda de Emociones", los estudiantes compartieron abiertamente sus experiencias, y yo también compartí las mías, lo que creó un ambiente de confianza y vulnerabilidad

mutua. Escuchar sus historias y ofrecerles apoyo fortaleció nuestra relación y nos ayudó a construir una comunidad más empática y unida.

#### 4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Este primer mini proyecto fue una experiencia transformadora tanto para mí como para mis estudiantes. La actividad "Diario Emocional y Rueda de Emociones" no solo promovió la autoconciencia emocional, sino que también fortaleció las relaciones interpersonales en el aula. La participación activa y el apoyo mutuo que observé superaron mis expectativas, y estoy convencido de que este tipo de actividades son esenciales para un desarrollo socioemocional positivo. Continuaré implementando y adaptando este enfoque para seguir fomentando un entorno escolar emocionalmente saludable.

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



Descripción: Momento exacto donde los alumnos comparten sus sentimientos, experiencias y emociones a través de la actividad “Rueda de las emociones”. El alumno nos explica cómo se siente respecto a ciertos comentarios de algunos docentes por su dificultad para comprender algunos conceptos.

**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.					