



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

Mis estudiantes estuvieron muy emocionados al conectarse con sus emociones y sentimientos, realizando las actividades, con las cuales les dio oportunidad de expresarlas. Esto me causo Sorpresa, alegría y satisfacción al ayudarlos

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

Me gustó mucho guiar a mis estudiantes hacia un camino de calma, en donde sepan cuidar sus emociones.

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

Los chicos reconocieron que es importante cuidar nuestras emociones y que ellos pueden ser agentes de cambio y ayuda no sólo para ellos sino para los adultos. Noté que ellos expresaron extrañeza, alegría alguno frustración porque saben que deben seguir haciendo actividades para controlarse, pero les comenté que yo puedo ayudarlos a hacerlo.

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Tiene actividades muy diversas que son agradables para los estudiantes, además que primero las realicé yo para poder explicárselas.

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

una.



WhatsApp Ptt 2024-06-17 at 1.13.53 PM.ogg



WhatsApp Ptt 2024-06-17 at 1.16.19 PM.ogg



WhatsApp Ptt 2024-06-17 at 1.31.31 PM.ogg



WhatsApp Ptt 2024-06-17 at 1.32.17 PM.ogg



WhatsApp Ptt 2024-06-17 at 1.39.22 PM.ogg



WhatsApp Ptt 2024-06-17 at 12.49.07 PM.ogg



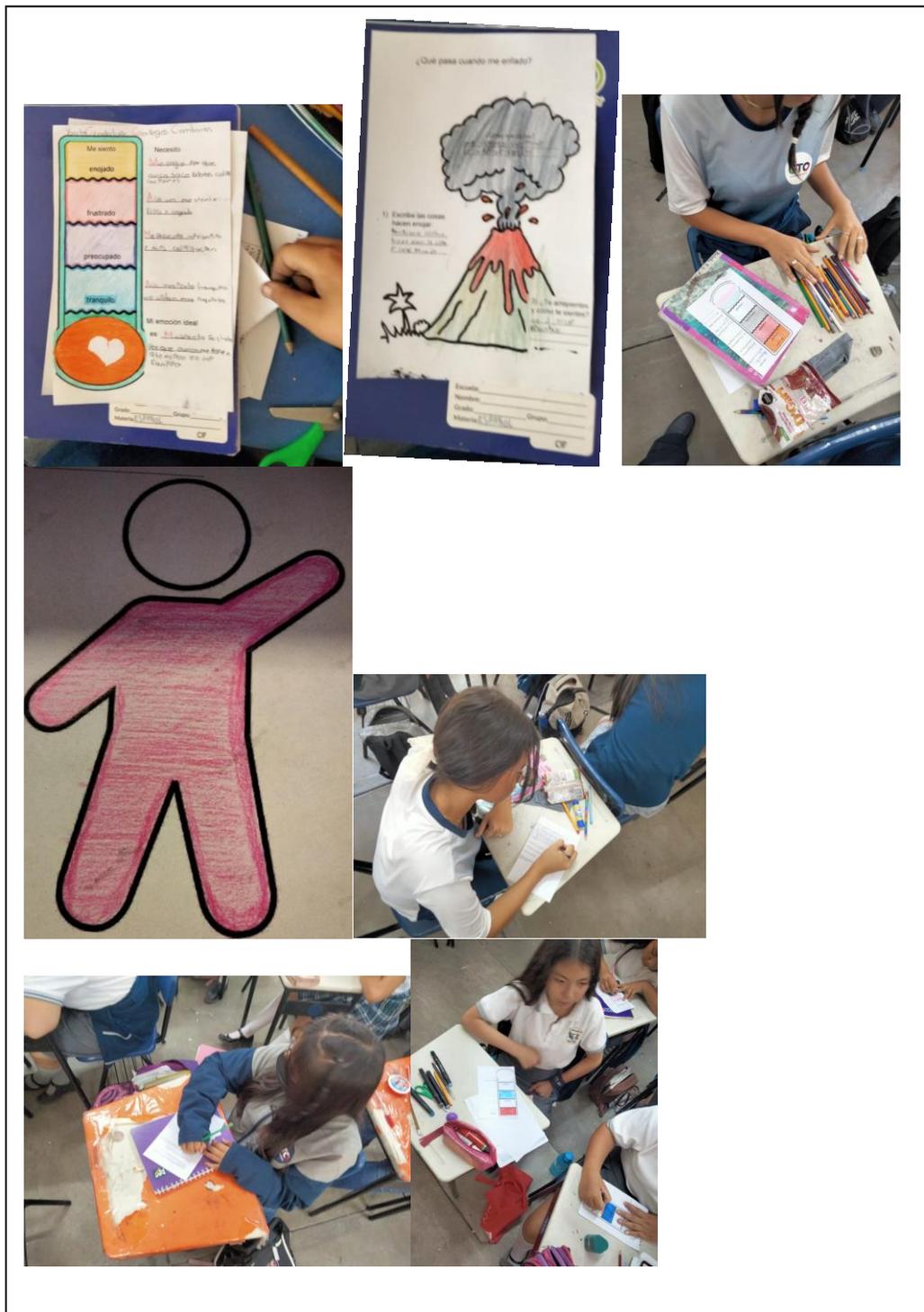
WhatsApp Ptt 2024-06-17 at 12.50.35 PM.ogg

Descripción de las actividades

- 1.- Comencé con una música de meditación para conectar con sus sentidos, posteriormente se les otorgó una hoja donde decían frases y ellos tenían que escribir lo que pensaban de ellas, además de que les pedí como podían ayudar a un adulto que no sabe controlar sus emociones y fue muy bonito escucharlos y ver sus respuestas.
- 2.- Después se trabajó con el termómetro de las emociones en donde ellos pudieron identificar cómo llegaban a ese estado de enojo y lo mejor de todo identificaron que necesitan para evitarlo.
- 3.- Se trabajó con el volcán explosivo, identificaron que les hace enojar, luego que pasa cuando explotan y lamentablemente todos coincidimos que después nos arrepentimos de lo que hicimos es por ello que debemos guardar la calma así que por último se trabajó la silueta de la calma.



4.- La silueta de la calma, se trabajó con música tranquila y relacionando sus colores favoritos y el color que más calma les provocaba, así que de ese color la pintaron, alguno sólo en la parte donde sentían calma, otros en todo el cuerpo, algunos solamente la cabeza.



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.					