



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

### PERSONAL (PTP)

#### Módulo 1

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

Al iniciar este curso en primer momento experimenté incertidumbre ya que no sabía de qué se trataba y cómo me sentiría al realizarlo. Cuando empecé a realizar las actividades propuestas sentí alegría ya que a pesar de la carga administrativa en la escuela estos ejercicios me permitieron relajarme y sentir paz. Cuando realicé la actividad del termómetro con mis alumnos la emoción que sentí fue tristeza ya que la mayoría de los niños también manifestaron esta emoción porque pasarán a un nuevo ciclo escolar y tendrán otro maestro, fue una actividad emotiva y tratamos de regular la emoción y recordar todos los buenos momentos que pasamos juntos para sentir alegría.

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

Estas actividades me están permitiendo identificar y regular mis emociones, sin embargo considero que me falta realizar más actividades personales que me permitan sentirme bien conmigo misma y mas adelante ser una persona resiliente.

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

Considero que sí logré conectar con mis estudiantes y de una manera muy positiva ya que en el aula siempre he tratado de realizar actividades e implementar estrategias que les permitan a mis alumnos trabajar la parte socioemocional.

Al realizar las actividades ms alumnos experimentaron;

**Tristeza:** Manifestaron tristeza al socializar que ya estaban por concluir una etapa y pasarían a un nuevo ciclo escolar, dejando atrás recuerdos y también me extrañarían a mi ya que fui su maestra durante dos años.

**Alegría:** como vi que la emoción predominante era tristeza, les pedí que recordaran todos los buenos momentos que habíamos pasado juntos y terminamos realizando un pequeño juego. Los alumnos estaban muy felices e incluso me pidieron realizar mas actividades como esa.

Calma: al finalizar la actividad tomamos unos minutos para cantar una canción y realizar unas respiraciones con la finalidad de que los alumnos se sintieran tranquilos.

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

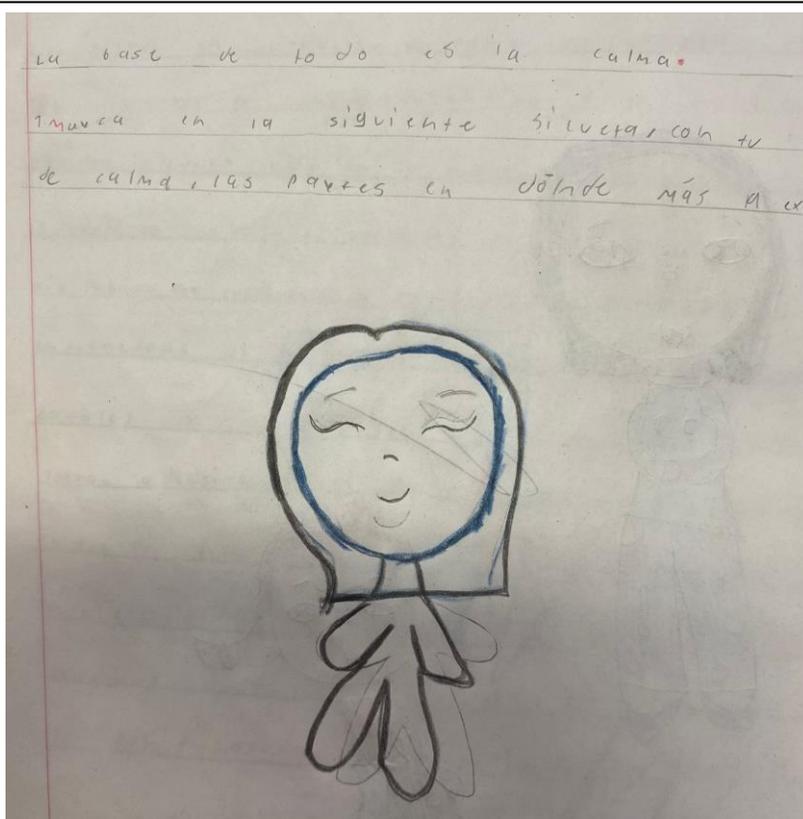
Este proyecto fue de gran impacto para mi y para mis alumnos, entre las actividades que realizamos quiero destacar las siguientes;

**La base de todo es ..... la calma :** fue una actividad que les agradó mucho a los niños ya que involucraba colorear y es algo que disfrutaban mucho, además les permitió identificar en que parte de su cuerpo pueden experimentar la calma.

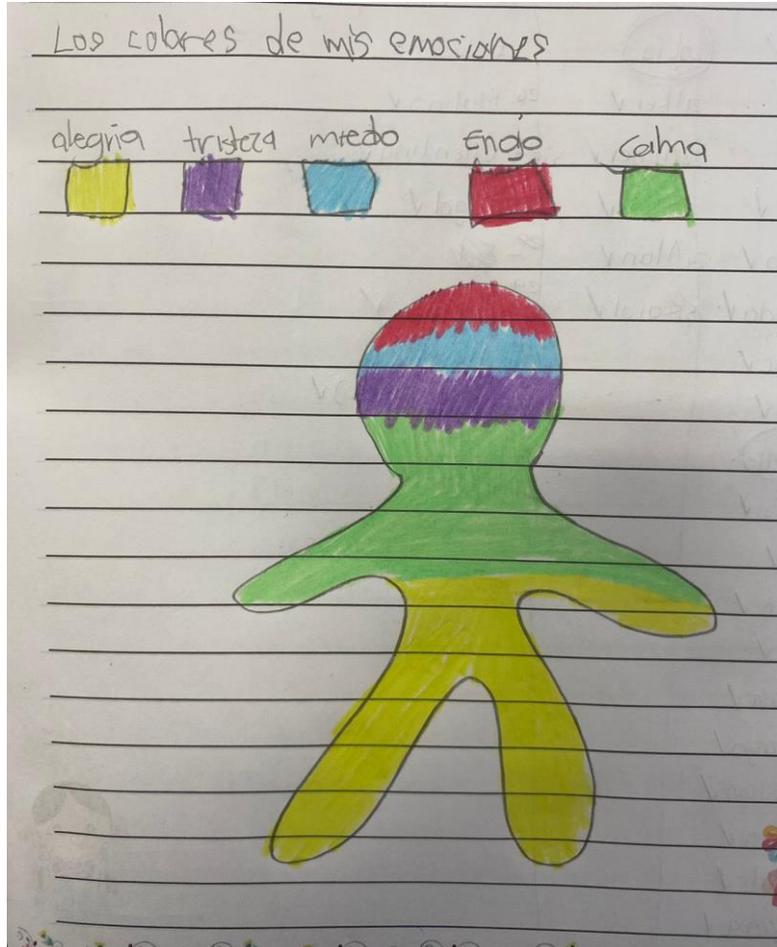
**Los colores de mis emociones:** fue una actividad en la cual los alumnos otorgaron un color a cada una de las emociones y la cual me permitió analizar que emoción era la predominante en cada uno de ellos.

**La fabula del colibrí:** Esta pequeña fabula nos permitió un momento de reflexión para que mis alumnos analizaran que no dependen de otras personas, ellos solos necesitan ser autónomos y poner su granito de arena para mejorar las cosas.

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



Actividad la base de todo es la calma.  
 fue una actividad que les agradó mucho a los niños ya que involucraba  
 colorear y es algo que disfrutaban mucho, además les permitió identificar en  
 que parte de su cuerpo pueden experimentar la calma.



**Los colores de mis emociones:** fue una actividad en la cual los alumnos otorgaron un color a cada una de las emociones y la cual me permitió analizar que emoción era la predominante en cada uno de ellos.

**La fabula del colibrí:** fue una actividad donde escucharon el audio solamente y se reflexionó.

## 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.					