DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

Durante la realización de las actividades, me encontraba con una situación de salud temporal en la que me sentía bastante triste, incómoda y desequilibrada. Pero gracias a las actividades llevadas a cabo (en especial las respiraciones) me empecé a sentir mejor, con calma, alegría y menos ansiosa. Para mí fueron como una pausa para la reflexión y me hizo ser consciente de mi situación para no entrar en pánico, lo que me permitió recuperarme de manera física de una manera más rápida y más estable. Me cayeron como anillo al dedo las actividades. ¡Gracias!

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

En el momento en que pude calmar mi mente, pude armonizar mi cuerpo y empecé a sentirme mejor. En casa, por lo general, estoy rodeada de ruido, pero mi concentración en algunas actividades fue tan intensa que logré desconectarme por un momento de mi entorno y me encontré conmigo.

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

Yo trabajo con personal docente, con quienes pude conectar un poco más, sé que aún hay mucho por hacer, pero al realizar actividades de socialización pude tener una manera de interacción menos rígida y más relajada. Durante las actividades pude notar mayor confianza y empatía entre ellos, además de que el ambiente se sintió más agradable que en otras reuniones.

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

En el primer mini proyecto que se tituló: "lo que más me gusto del ciclo escolar" cada docente compartió alguna estrategia, actividad, proyecto, logró, etc. Que más le gustó durante el ciclo escolar.

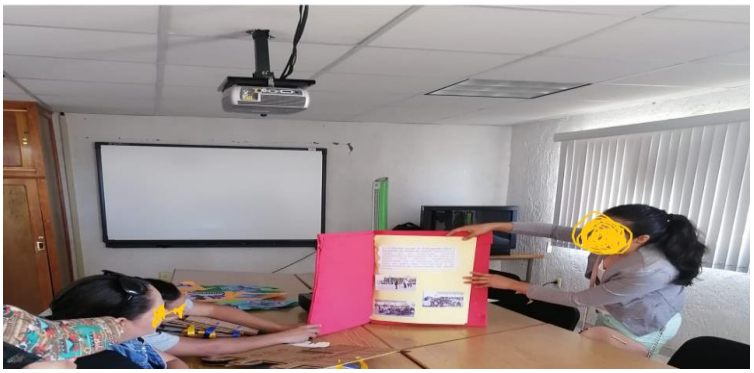
Se organizaron para buscar la manera de presentarlo con la total liberta de la manera que eligieran y además podían invitar a madres o padres de familia para realizar la actividad,

Previamente tenían fotos y algunos materiales, para que durante la actividad pudieran organizar la información y exponerla antes las demás compañeras y compañeros.

Opino que debido a mi estructura laboral tan rígida, no me había dado a la tarea de dar un espacio de expresión de sus prácticas laborales y en esta ocasión al llevar a cabo una muestra pedagógica de una manera más relajada y entre compañeras, se dio lugar a la convivencia de una mejor manera.

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

Una docente invitó y se apoyó con dos madres de familia para presentar un collage



Una docente decidió mostrar sus actividades como si fueran un cuento y de esa manera lo relató

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.					