



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

PERSONAL (PTP)

Prof. Oscar Ramiro Pliego Montalvo

Módulo 1

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

Empatía hacia las situaciones que platicaban los muchachos pues algunas de ellas eran fuertes y explicaban algunas de sus actitudes, comprensión en la manera de ser de los alumnos debido a las problemáticas por las que estaban pasando, estaba preocupado por las pláticas que describían el contexto donde los alumnos viven su día a día y con un poco de frustración por que hubo algunos alumnos que no quisieron participar. Finalmente sentí satisfacción de saber que esta actividad les había ayudado a algunos alumnos a expresarse y sentir confianza con sus demás compañeros.

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

Al realizar las actividades y practícalas en mi persona aprendí por que a veces soy un poco explosivo, a conocer como manejo mis emociones, que me hace falta darme un tiempo de relajación para explorar los aspectos internos de mi persona.

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

Se logro un gran avance, pues con la mayoría se percibió la confianza de ellos al platica sus experiencias y expresar sus sentimientos y algunos de ellos acercándose en lo particular para platicar situaciones personales.

Las actividades a aplicar fueron el **volcán de emociones** y **la base de todo es... la calma**, por considerarse estas actividades como complementarias en el aspecto de conocer y regular emociones.

Algunas de las acciones que llevaron a cabo para el logro de las actividades de este fueron:

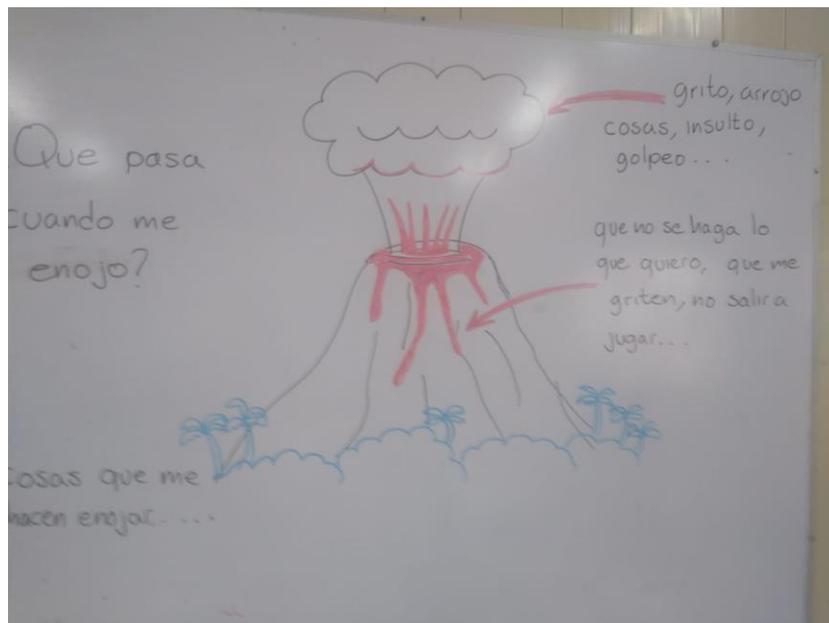
- Animando a los alumnos, dando el ejemplo platicándoles una experiencia personal y así creando un ambiente de confianza, en donde no iban a ser criticados si lograban abrirse.
- Acompañándolos en la realización de las actividades, resolviendo sus dudas y escuchándolos con atención y respeto en sus comentarios

- Finalmente se dio un espacio para que socializaran sus trabajos con sus compañeros permitiéndoles expresarse y reflexionar sobre sus resultados.

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Fue muy provechoso debido a que muchos de los alumnos que antes se mostraban **apáticos e inseguros** a la participación, debido al **miedo** a la crítica y juicio de sus compañeros, ahora se mostraron **emocionados** y hasta comprendidos en su manera de ser. Muchos alumnos se expresaron y compartieron sus trabajos con sus compañeros. Además, los alumnos les parecieron de provecho las actividades, durante la actividad la gran mayoría de los alumnos se mostraron **interesados** y pidieron en el futuro más actividades similares

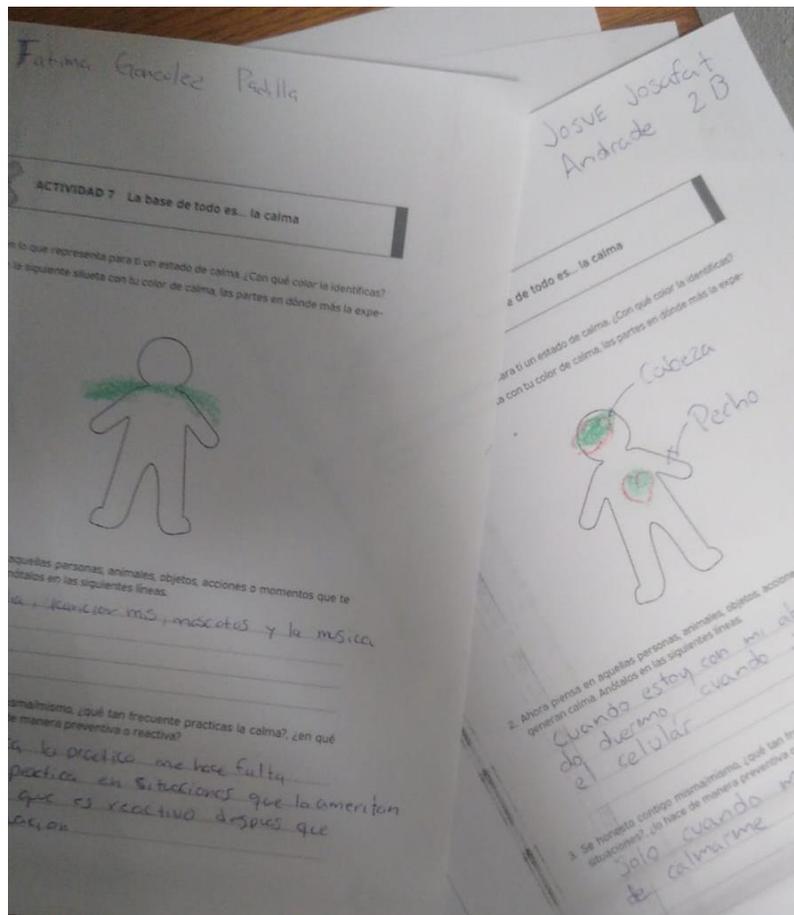
- 5. Evidencia fotográfica o en audio de las actividades realizadas y descripción de cada una.



Aplicación de la actividad volcán de emociones}



Lectura del cuento "El volcán"



Ejercicios de la actividad la base de todo es... la calma



Socialización de las actividades.

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.					