



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

### Módulo 1

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

Mis pensamientos y emociones e acuerdo a las actividades fueron distintos, ya que en la primera actividad me sentí tranquila y relajada emocionada por tener nuevos aprendizajes que me ayudaran a mi como docente y a mis estudiantes a reconocer sus emociones y poder regularlas.

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

Mediante las actividades de respiración ya que logre entrar en calma y sentirme en bienestar conmigo misma.

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

Sí; ya que conectaron con la situación de la historia “el volcán” incluso los alumnos mencionaron que las relacionaban con algunas situaciones que ya habían vivido.

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

Mi opinión sobre este proyecto es que nuestras emociones son muy importantes y tenemos que saber identificarlas para que, de esa misma manera tener regulación, conciencia y autonomía emocional, para poder ser mediador y ayudar a crear habilidades de bienestar y aprendan a reconocer sus emociones.



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

<b>ACTIVIDAD 1: “EL TERMOMETRO DE MIS EMOCIONES”.</b>	
<b>Evidencias:</b>	<b>Descripción:</b>
  	La actividad la realice con los alumnos de Primer grado ya que es el grupo al que atiendo, hubo una buena participación y los julis pidieron entender de qué trataba la actividad y así mismo expresaron como se sentían.
<b>ACTIVIDAD 2: “EL VOLCAN”</b>	
<b>Evidencias:</b>	<b>Descripción:</b>
    	Para esta actividad del Volcán aproveche una actividad que días antes los alumnos habían realizado, donde tenían que dibujar su silueta, de acuerdo a lo que solicitaba la actividad, los alumnos iluminaron su silueta de diferentes colores, sin embargo anexo evidencia de dos alumnos que la iluminaron del mismo color.

No se puede recibir la imagen en este momento.



--	--

## 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.				X	
Identifica y explica de manera específica tres emociones y sentimientos de sus estudiantes que generaron las actividades.				X	
Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades de este mii proyecto.				X	
Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.				X	