

DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

Las actividades diseñadas para el proyecto "Mi mini botiquín emocional" provocaron diversas emociones visibles en los adolescentes, quienes mostraron interés genuino en explorar sus emociones y aprender estrategias para gestionarlas. Desde el inicio, se observó un ambiente de apertura emocional donde los estudiantes compartieron sus experiencias personales y discutieron cómo las emociones afectan sus vidas diarias y sus interacciones en la escuela.

Como docente, observé emociones como:

1. **Curiosidad:** Los estudiantes mostraron un interés activo en entender cómo funcionan las emociones y cómo pueden manejarlas mejor en diversas situaciones.
2. **Entusiasmo:** Hubo una energía positiva y un entusiasmo palpable durante las discusiones sobre emociones y estrategias de regulación emocional.
3. **Confianza:** La creación de un espacio seguro y de apoyo mutuo permitió que los estudiantes compartieran abiertamente sus sentimientos y pensamientos, mostrando confianza en el grupo y en el docente.
4. **Empatía:** Los adolescentes demostraron empatía al escuchar las experiencias emocionales de sus compañeros, mostrando comprensión y ofreciendo apoyo emocional.
5. **Reflexión:** Se observó que los estudiantes reflexionaban sobre sus propias prácticas emocionales y cómo podrían mejorar su manejo emocional en diversas situaciones escolares y personales

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

Durante la preparación del proyecto, me vi reflexionando profundamente sobre mis propias prácticas emocionales y cómo estas pueden influir en la dinámica del aula. Esta autoconexión me permitió estar más consciente de mis emociones al interactuar con un grupo tan dinámico como el de primer grado, grupo A. A medida que diseñaba las actividades, consideré cómo podía adaptarlas para satisfacer las necesidades emocionales específicas de mis estudiantes inquietos pero comprometidos.

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

La conexión con los estudiantes se estableció a través de la creación de un espacio seguro y de apoyo donde se alentó la expresión emocional abierta y la escucha activa. Utilicé técnicas como el modelado de comportamientos emocionalmente inteligentes y el fomento de la empatía entre pares para fortalecer la conexión emocional dentro del grupo. Los alumnos participativos aprovecharon estas oportunidades para compartir sus pensamientos y sentimientos de manera respetuosa y constructiva.

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Desde mi perspectiva, este primer mini proyecto fue altamente exitoso. No solo logró los objetivos educativos de fortalecer las competencias emocionales de los estudiantes, sino que también contribuyó significativamente a la cohesión del grupo y al desarrollo de habilidades interpersonales clave. Los alumnos mostraron una mayor conciencia de la importancia de gestionar sus emociones y de apoyarse mutuamente en un entorno educativo positivo.

Para concluir, esta estrategia ha sentado una base sólida para futuras exploraciones emocionales y sociales en el aula. Como maestro, estoy entusiasmado por continuar fomentando un ambiente donde los estudiantes puedan crecer no solo académicamente, sino también emocionalmente, preparándolos para enfrentar los desafíos tanto dentro como fuera del ámbito

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

Se realizó una adaptación de la actividad “en busca de la calma perdida” en la que las frases fueron elaboradas por los alumnos y plasmadas en playeras con sus propios diseños.



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		Quizá no se vean reflejadas, ya que me faltó tiempo
Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades de este mini proyecto.			X		Quizá no sean claras, ya que no consideré mis tiempos.
Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.		X			Pude ingresar otras, pero no lo hice.