



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

En el desarrollo de este mini proyecto se presentaron varias emociones y pensamientos en mis alumnos como la curiosidad y el interés que les hicieron aprender, la confianza de que podían aprender con su capacidad así como la confianza en los demás, esto surgió en un espacio seguro dentro del aula; la calma que mostraron los alumnos potencio más el aprendizaje adquirido, se sintieron comprendidos al entender que todas las emociones son válidas siempre y cuando las gestionemos, hubo autoconfianza al validar sus emociones y pensamientos, se sintieron valorados y apreciados y crearon una imagen positiva de ellos mismos.

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

Durante la implementación del proyecto comencé muy inspirada y entusiasta. Acompañé a mis alumnos en cada una de las actividades propuestas, realizamos juntos respiraciones profundas que nos generaban tranquilidad, concentración y empatía, logrando expresar su sentir, escuchándose con respeto y atención. Lo anterior me permitió conectar conmigo misma lo que me generó un estado de paz y bienestar.

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

Desde el inicio del proyecto hubo una interacción positiva entre mis estudiantes y yo. Les brinde la confianza para que expresen sus emociones, fui empatía al escucharlos, les agradecí su participación y les exprese que era afortunada de tenerlos como alumnos. Lo anterior permitió una gran conexión entre mis alumnos y yo.

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Mi opinión sobre este primer mini proyecto es que tuvo un gran éxito en mi grupo ya que los alumnos se mostraron con mucho interés y curiosidad en las actividades donde identificaron sus emociones, sensaciones y sentimientos, desarrollando así la primera de las cinco competencias emocionales, la "Conciencia emocional y la "regulación emocional" , que se refiere a la capacidad para manejar las emociones de forma apropiada.

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



Los niños de 5^ºA muestran y comparten sus trabajos del volcán con la frase “controlar mi enojo, evita lastimarme y lastimar a los demás” Durante el desarrollo de la actividad “el volcán” los niños se mostraron desde un inicio muy motivados, lo que permitió que surgiera el aprendizaje. A través de esta práctica con la escucha activa de un cuento los alumnos identificaron y nombraron la emoción del enojo, así como la manera adecuada de canalizarla; también reconocieron cómo esta emoción puede lograr expresarla sin dañarse ni dañar a los demás, pero teniendo siempre como punto importante el sentir cada emoción. Ojo algunos realizaron dibujos. En cuanto a los dibujos los niños contaron sus enseñanzas en la biblioteca.

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.					