



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

### Módulo 1

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

He trabajado la parte de los pensamientos positivos y el control de las emociones propiciando la paz, tranquilidad, respeto, generando un ambiente de aprendizaje armónico de cordialidad, respeto, empatía, autocuidado emocional, reflexionara acerca de las capacidades emocionales personales para propiciar el desarrollo integral y profesional

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

Mediante las actividades sugeridas en el curso, tales como la meditación, el dedicar tiempo para mí, leer y escuchar historias de superación y de reflexión del control y manejo de las emociones.

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

Con mis estudiantes logre conectar fomentando la buena conducta y la cordialidad entre sus compañeros a controlar sus distintas emociones en especial la ira y el enojo, fomentando además la amistad y el compañerismo en el grupo finalmente propiciar un ambiente escolar sano y armónico donde exista el control y autovaloración de la emociones.

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

En lo personal puedo opinar que este proyecto fomenta el sentido de amor propio, el fomentar el estar bien primero como persona y después para poder proyectarme ante los demás. Me fue además muy grato el vivenciar técnicas de regulación emocional las cuales pude aplicar también con mis alumnos de 4° de educación primaria.

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

En esta fotografía muestro las actuaciones de los valores y emociones representadas en el aula, se observa una alumna molesta y sin tolerancia, la segunda feliz y empática y el tercero demostrando el valor de la amistad. Respecto a las anteriores primero los alumnos actuaron determinadas emociones y comentaron en los momentos que se sienten de determinada manera, posteriormente, reflexionaron y emitieron juicios críticos de sus actuaciones.



## 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.					