



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

### Módulo 2

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

El día de hoy que fue un día lluvioso, se prestó para que los niños e incluso yo, estuvieramos melancólicos con las actividades que realizamos, fueron muy reflexivas y algunos estudiantes incluso se abrieron para expresar temas más profundos.

¿De qué manera se promovió la comunicación asertiva durante las actividades llevadas a cabo?

Primeramente, se estableció el acuerdo de tener una escucha activa, no juzgar lo que estuvieran comentando y sobre todo no burlarse de lo que sus compañeros dijeran.

Los estudiantes lo hicieron muy bien y solo hicieron comentarios pero de motivación y apoyo, me gusto mucho ver la empatía que pueden lograr a tener desde pequeños.

1. Hoy tus alumnos reconocen la importancia de la comunicación asertiva ¿por qué?  
Si, saben que deben expresar sus emociones y no quedarse callados aunque algunos estudiantes tienen en su familia muy arraigados tabús de que por ejemplo los niños deben reprimir sus emociones para no mostrarse débiles.

1. Describe para ti las actividades más significativas de este segundo módulo, y cómo hasta ahora las pones en práctica.

Cuando los alumnos van a participar ponen en práctica la escucha activa, además de que no juzgan las opiniones de los demás. Cuando los alumnos tienen algún conflicto entre ellos, saben que deben contar hasta diez, practicar alguna técnica de relajación, tomarse un tiempo fuera o incluso ir a echar agua a las plantitas que tenemos en el salón mientras se controlan.

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



1. En primer momento hicimos la introducción de “respiración con calma” donde con música de fondo realizamos el ejercicio de inhalar y exhalar, a diferencia de la vez pasada donde se distraían ahora los estudiantes lograron tener el ritmo y la concentración para hacer la actividad.
2. Realizamos la actividad donde jugamos a representar por medio de la mímica las emociones y los demás compañeros debían adivinar de qué emoción se trataba.
3. Posteriormente, llevamos a cabo la actividad de Veo y siento, ¿qué es?, los alumnos comentaron que les fue el juego difícil ya que tenían que dar una descripción del dibujo no siempre se saben expresar y que eso les causaba ansiedad.
4. También conocimos el significado del dragón, la tortuga y el pulgar arriba, los niños de hecho identificaron a personas que tienen la actitud del dragón, otros como la tortuga y mencionaron que lo ideal es llegar a tener una comunicación abierta.
5. Finalmente, concluimos con el aula de las palabras amables, donde con música de fondo se escribían palabras positivas. Les gusto mucho porque no creían que tantos compañeros los tuvieran en ese concepto.

**Rúbrica PTP 2**

<b>Instrumento para evaluar PTP del módulo 2</b>					
<b>Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión</b>					
	<b>Insuficiente</b>	<b>Suficiente</b>	<b>Satisfactorio</b>	<b>Destacado</b>	
<b>Indicadores</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>Observaciones</b>
<b>1. Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales generados por las actividades realizadas.</b>					
<b>2. Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 2.</b>					
<b>3. Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 2.</b>					
<b>4. Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.</b>					