



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

### Módulo 2

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

Al realiza las diferentes dinamizas con mis alumnos expresaron diferentes emociones, como sorpresa, alegría, emoción, algunos un poco de miedo y angustia ya que pensaban que no podrían llevar acabo las actividades propuestas pero una vez llevadas a cabo esos pequeños compañeritos cambiaron su manera de pensar y su emoción ya que pudieron participar de manera correcta.

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

Por medio de dialogo expresan dialogan sus puntos de vista para llegar a una conclusión y de esta manera los alumnos, dicen, demuestran lo que sienten, creen o necesitan siempre y cuando de forma respetuosa, clara y sincera, y siempre sin molestar, agredir o hacer daño a nadie.

#### 1. Hoy tus alumnos reconocen la importancia de la comunicación asertiva ¿por qué?

Si reconocen la importancia de tener una comunicación asertiva Porque el asertividad nos coloca en el punto medio entre ser demasiado pasivo o ser demasiado agresivo.

Si no somos asertivos nos pasará que seremos pasivos (nos sometemos a los demás, no sabemos defendernos y no tenemos fuerza para expresar lo que sentimos, pensamos o necesitamos) o bien seremos agresivos (al expresarnos herimos física, verbal y/o emocionalmente a los demás, pues no les respetamos, ni somos empáticos ni tolerantes con ellos).

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

Dentro de este módulo 2 y con el modulo anterior he aprendido mucho con las los temas que nos ha brindado el taller y con las propuestas para trabajar con nuestro alumnos me han enriquecido mi panorama en lo personal me ha ayudado mucho emocionalmente ya que si debemos saber manejar nuestra emociones en cada momento, con las actividades he

aprendido a mantener la calma cuando algo no me sale bien o algún problema que se me presente, también debo trabajar más la comunicación asertiva y no ser tan pasiva, ya que para muchas situaciones problemas que a veces se me presentan soy demasiado pasiva y creo los demás siempre tienen la razón y yo estoy mal, pero con este taller me ha ayudado mucho para saber manejar mis sentimientos y emociones que tengo derecho a expresar lo que pienso y siento siempre y cuando tampoco lastime a las demás personas.

También hago mención de las actividades llevadas a cabo con mis alumnos en las cuales yo también aprendí mucho.

1.- Cuatro a la vez: En esta actividad los alumnos mostraron diferentes estados de ánimo y los alumnos que se encontraban de pie utilizaban la comunicación NO verbal y tan solo con la mira el alumno le tenía que ceder su lugar ellos se sentían muy emocionados

También aprendí mucho de la actividad. 2. Veo y siento, ¿qué es? Ya que los alumnos también demostraban mucho interés las actividades.

La actividad 3. El dragón, la tortuga y el pulgar arriba también fue satisfactoria para todos ya que en ese momento se había presentado un problema con los compañeros, donde en la clase educación física y jugando fut-bol el balón entro a uno de los salones que estaban solos y entraron 3 compañeros por el balón uno de ellos mientras lo tomaba los otros 2 compañeros lo dejaron encerrado en el salón el niño se molestó mucho demostrando su enojo como dragón, os otros dos muy pasivos negando lo que paso, para solucionar el problema nos reunimos en el salón de clases y se analizó la situación los niños expresaron sus sentimientos emociones y llegando a una solución y una comunicación asertiva.

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



## 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>
1. Identifica y explica tres emociones y sentimientos personales generados por las actividades realizadas.					
2. Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades del mini proyecto 2.					
3. Pone en práctica estrategias, ejercicios y herramientas del módulo 2.					
4. Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.					