



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

Algunos alumnos asociaron la alegría con momentos en los que se sintieron orgullosos o amados, otros recordaron pérdidas, fracasos o situaciones de rechazo y lo relacionaron con la tristeza que sintieron, el miedo lo relacionaron con preocupaciones, enojo recordaron momentos de frustración o conflicto. en lugares o actividades que les brindan felicidad con su familia, amigos

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

Al llevar a cabo estas actividades donde los alumnos deben reconocer y reflejar emociones como alegría, tristeza, miedo, enojo y calma, pude observar varios pensamientos y reacciones emocionales en los que como ser humano también manifiesto.

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

Logre conectar porque con forme se estaban dando las actividades se estableció el interés de los alumnos por preguntar dudas sobre las emociones ,se dieron ejemplos y ellos manifestaban entender y daban otro personal , identificando también como su cuerpo reacciona ante estas.

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado:

Al realizar este tipo actividades centradas en pensamientos y emociones, como docente no solo facilitan el desarrollo emocional de mis alumnos, sino que también me beneficio personal y profesionalmente. Aprendo a reconocer y manejar las emociones en el aula, mejorar la relación con los alumnos, puedo desarrollar nuevas estrategias pedagógicas y contribuyen a un clima escolar más positivo y constructivo. Todo esto lo

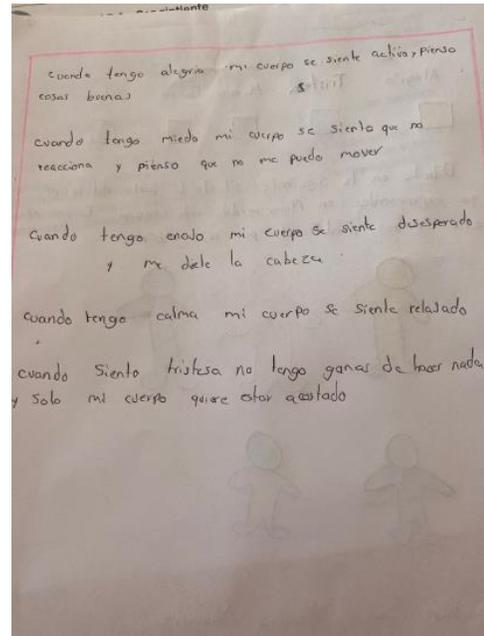
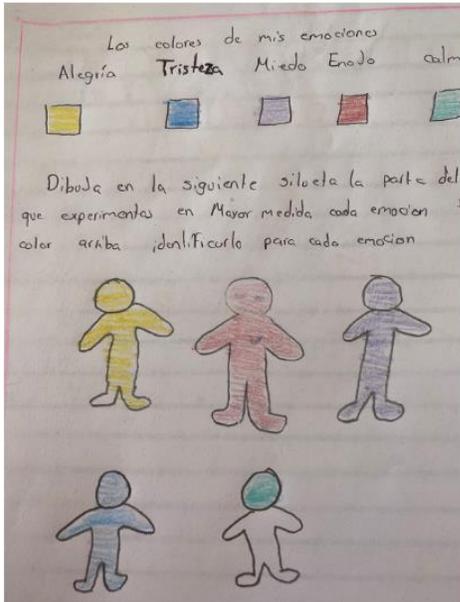
traduzco en una experiencia educativa más rica y significativa para todos los involucrados.

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

En la actividad del semáforo los alumnos realizaron la actividad de manera individual, en donde marcaron como se sentían en ese momento y explicaban el porqué, después se reunieron en equipos platicaron entre ellos este eligieron a uno de sus compañeros exponer a las conclusiones que llegaron sobre las emociones



En la actividad del volcán los alumnos escucharon de manera grupal el relato, escribieron las preguntas de manera individual para finalmente expresar en plenaria sus opiniones sobre el relato y también como actúan cuando se enfadan, y lo que los hace enojar



En esta actividad se reunió a los alumnos por equipos, se les dio la libertad de elegir los colores que mas los identificara con cada una de las emociones e iluminaran en que parte de su cuerpo sienten más esa emoción aquí surgieron dudas, sobre como influyen las emociones en su cuerpo, se les plantearon situaciones, y en base a esto pudieron relacionar las emociones, y como reaccionaba el cuerpo ante estas. Al final expusieron en sus equipos y finalmente en plenaria su sentir.

--

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.					