



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

El poder dialogar sobre las emociones particulares me han apoyado para comprender los sentimientos de las demás personas. Considero que no todas las emociones son sobrellevables, pero cuando socializamos y compartimos como nos encontramos en el día a día es más sencillo conectar con las demás personas.

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

Luego de realizar ciertas prácticas que abonan tranquilidad a mi persona, me he percatado que mis pensamientos se liberan de una manera positiva y no impositiva, me es posible tomar mejores decisiones, ser más tolerante ante situaciones en las cuales no puedo tener algún control, escuchar de mejor manera entre algunos otros aspectos todo esto con el simples acciones como: salir a caminar, alimentarme en tiempos apropiados, ejercitarme, descansar cuando el cuerpo lo requiere y sobre todo; cumplir con mis responsabilidades.

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

Es frecuente que mis alumnos se muestren cansados, molestos, tristes o hasta felices por escenas o acontecimientos ocurridos en su hogar, por tal motivo; estas actividades propuestas en el manual han sumado de manera asertiva en la escucha de sus sentires y pensar, se les ha brindado apoyo para cambiar los estados de ánimo negativos.

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Los alumnos se han sentido identificados con las emociones de sus demás compañeros, les ha gustado haber podido trabajar sobre este aspecto, más; porque los aleja del trabajo riguroso de los otros campos formativos, les ha ayudado a olvidar por algunos instantes esas cargas emocionales que acarrear de sus casas y entre ellos se brindan palabras motivadoras para regular sus emociones y ser más asertivos al momento de interactuar.

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



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.			X		
Identifica y explica de manera específica tres emociones y sentimientos de sus estudiantes que generaron las actividades.				X	
Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades de este mii proyecto.			X		
Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.				X	