



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

Durante el desarrollo de la actividad sentí un poco de incertidumbre al proponer estas actividades ya que por la carga administrativa he descuidado un poco la parte emocional tanto la mía con mis alumnos.

Pero me di a la tarea de comentarles a mis alumnos sobre este taller y logre identificar que se motivaron y participaron de forma activa.

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

Sí, porque me ayudo a ser consiente de mis propias emociones y darme cuenta de que algunas veces hago cosas que lastiman a los demás.

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

Sí, porque nos dimos tiempo de platicar sobre algunas situaciones que nos molestan y entre todos buscamos y compartimos estrategias que nos ayudan a calmarnos y así evitar decir o hacer algo que lastime a las demás personas. Además nos ayudó para convivir en un entorno de paz, armonía y dialogo con mayor confianza. También lograron escuchar con respeto lo que dicen los demás y ser empáticos.

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Estas actividades nos han ayudado para promover un entorno escolar positivo, identificamos redes de ayuda para poder fortalecer e ir construyendo una sociedad más empática.

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

VOLCÁN DE LAS EMOCIONES

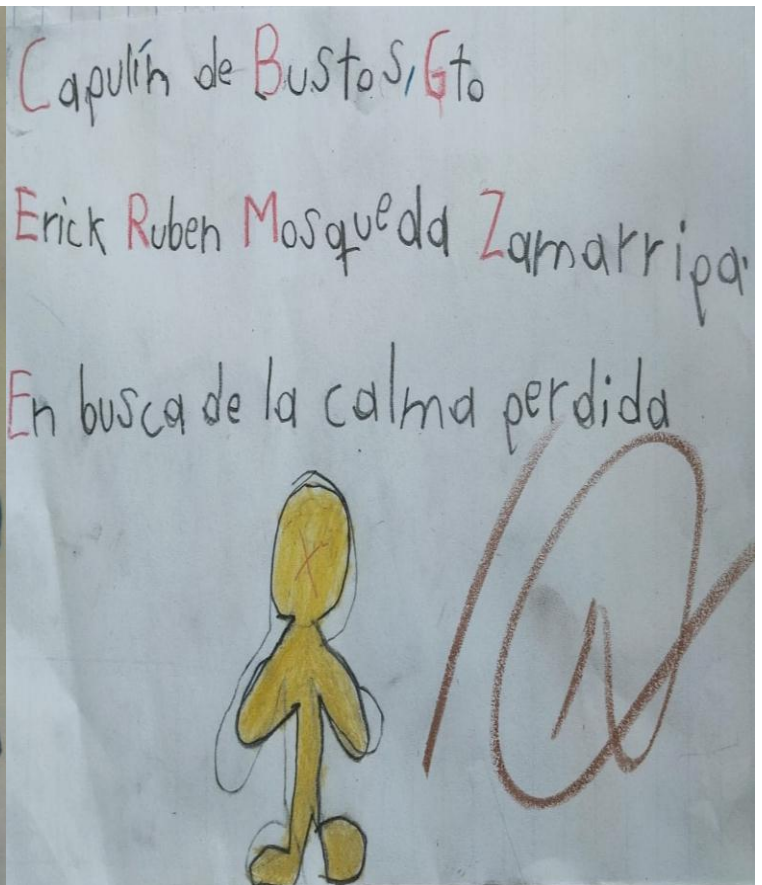
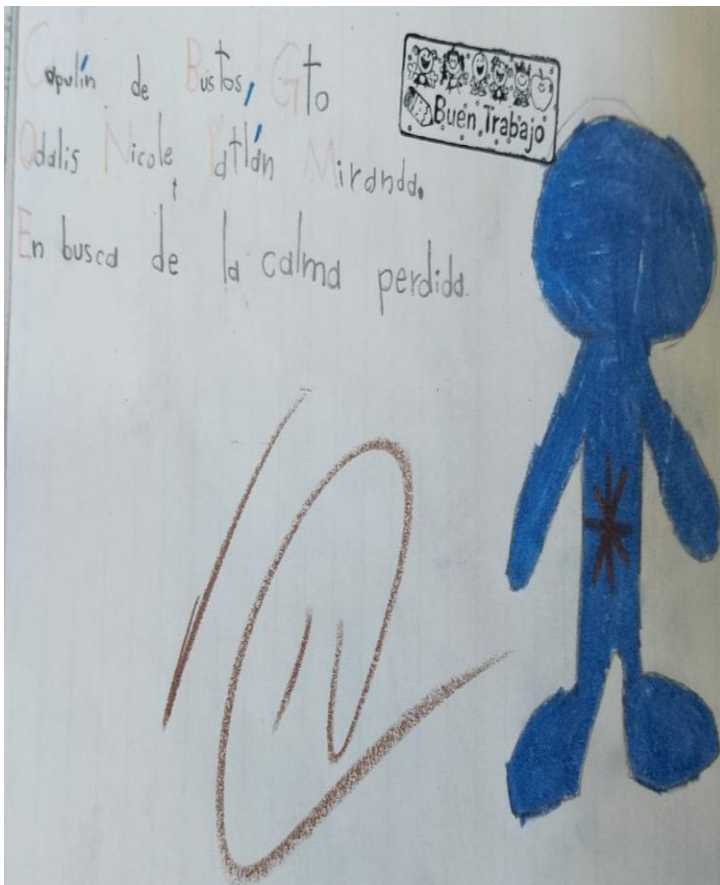
Comenzamos la actividad leyendo el cuento “Volcán de las emociones” durante la lectura estuvimos comentando emociones que creían que estaban pasando con los personajes del cuento, además de lo que harían ellos si fueron alguno de los personajes del cuento, estuvieron muy motivados participando y buscando soluciones para que ningún personaje saliera lastimado.

Después de compartir, llegó el momento de escribir y responder las preguntas de la actividad, pude identificar que todos los alumnos participan y sentían la necesidad de ayudar a los personajes de la historia y a seguir compartiendo sus experiencias de cuando se enoja,



EN BUSCA DE LA CALMA PÉRDIDA

Esta actividad les gustó mucho a los alumnos porque estuvieron acostados escuchando música de sonidos de la naturaleza con una toallita húmeda sobre su cara, después comentamos sobre lo que sentíamos cuando estamos calmados y en que parte del cuerpo la sienten, ahora piden realizar esta actividad todos los días. Para los alumnos fue sencillo identificar esta emoción y en que parte de su cuerpo la sienten.



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		