



DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

La auto regulación emocional nos ayuda a entender y comprender mejor a las personas que nos rodean, a ver nuestras emociones y a pensar antes de actuar. Me emociona saber que, si enseñas con amor, en armonía con mente, cuerpo y alma el aprendizaje que se crea es más significativo. Y comprender que la educación socioemocional implica la reflexión llevándola acabo con una metodología activa donde se involucre la comunidad educativa.

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

Para lograr conectar conmigo misma, reflexione en lo que soy, lo que siento y lo que quiero ser, dándome cuenta que si trabajo en el bienestar personal físico y emocional logro mejores resultados, ser más asertiva con la común(idad educativa, el trabajar más en estrategias de escucha activa que me permita actuar de mejor manera en los conflictos emocionales para así mejorar mi autoestima.

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

Logre conectar con los estudiantes de una manera positiva al poner en práctica la escucha activa y ser más empática y asertiva. Aplique las afirmaciones positivas en ellos y eso me dio pie a que se sintieran más reconfortantes por que al ver su autovaloración como personas importantes y únicas se van marcando las pautas para ser mejores personas.

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Pienso que el auto conocerte, el escucharte a ti mismo, el tratarte con amor y respeto nos ayuda a tratar así a nuestros semejantes, por ello pienso que estoy total mente de acuerdo con Begoña Ibarrola cuando nos decía que si trabajamos la curiosidad, interés, la confianza, la calma entonces tendremos aprendizajes significativos.

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

Trabaje dos actividades. En la de emociones con los rostros de los niños.

Les preguntaba como se sienten cuando sus papás se enojan con ellos (ellos ponían la emoción que sentían) así varios cuestionamientos personales para que me dijeran su sentir.

En la actividad del círculo les di cuentos que ellos no conocían, les pregunte que sienten con el cuanto que les toco... que me dijeran que sentimiento o emoción les provoca y lo expresaron de forma verbal.

Al leer el cuento comentaron su sentimiento provocado y por consiguiente realizaron un escrito de lo que mas les gusto con un dibujo, les puede música relajante de fondo para la actividad.



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			

RÚBRICA PTP M1