



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

### PERSONAL (PTP)

#### Módulo 1

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

Identificar situaciones/acciones que generan diversos sentimientos, así como estrategias para controlar mi temperamento y actuar después de analizar las opciones.

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

Darme un espacio para estar tranquila, pensar escuchando música relajada, salir a correr e interactuar con la naturaleza, me permiten identificar mis emociones y las acciones que las provocan.

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

Trabajamos la actividad “Mi día de emojis”, donde los alumnos identificaron una actividad o acción que les genera diferentes emociones durante su jornada escolar, fue un espacio donde ellos identificaron que hacen o que permiten que les hagan para sentirse así

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Considero que fue una muy buena experiencia, considerando que estamos por concluir ciclo escolar y tenemos muchas actividades pendientes. El permitirme analizar con mis alumnos nuestras emociones, nos dio ese espacio para sacar el estrés, ansiedad y demás sentimientos negativos.

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



Los alumnos realizaron la actividad un Día de emojis, en la cual dibujaron las diferentes emociones que experimentaron durante su jornada escolar, así como una breve descripción sobre la situación y una propuesta para evitar sentir esa emoción en caso de ser negativa o incluir más actividades que les permitan experimentar sensaciones positivas.

**RÚBRICA PTP M1**

**Evidencia: cuadro de sistematización y reflexión**

	Insuficiente	Suficiente	Satisfactorio	Destacado	
<b>Indicadores</b>	<b>1</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>Observaciones</b>
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.					