DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN PERSONAL (PTP)

Módulo 1

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

En la actividad del **"El termómetro de las emociones"** se les presentaron las emociones básicas cómo feliz, calma, preocupado, frustrado y enfadado de las cuales tuvieron mayor frecuencia la felicidad, tristeza y furia. Y en la actividad de **"El volcán"** se trabajó con el enojo/furia.

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

Me gustó llevara cabo estas actividades en mi aula, me sentí conectada con mi grupo ya que estuvieron atentos y tranquilos a las actividades, por lo que me permitió que yo participara al mismo tiempo con ellos en las actividades, les pude hacer mención de que me encontraba en calma y feliz por el trabajo que habían manifestado, estas actividades me permitieron cambiar mi estado ya que por problemas personales había llegado triste, pero en el transcurso de las actividades esto cambio para bien. Las actividades me permitieron regular mis emociones al mismo que las de mis alumnos.

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

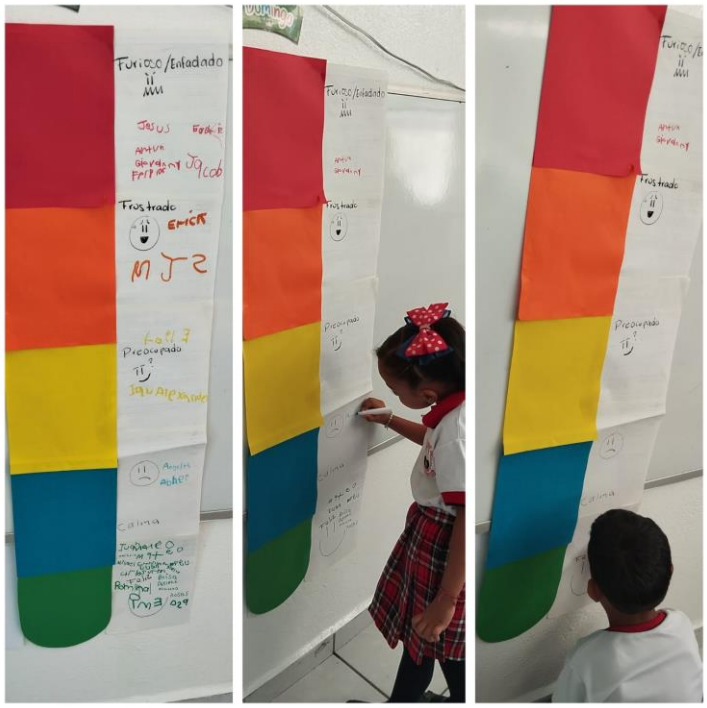
Si, regularmente es un grupo algo inquieto y constantemente les tengo que pedir que guarden silencio para que me dejen dar las consignas y dejen escucharlas, pero el día de hoy desde los saberes previos estuvieron interesados en participar y exponer como es que se sentían, lo que me permitió que yo estuviera tranquila en la realización de las actividades y cuando mencionaba lo que iban a realizar, me sentí conectada con el grupo por que participe con ellos al llevar a cabo sus ideas que se podían hacer para hacer sentir mejor a los niños, sentí muy bonito cuando por iniciativa los niños se acercaban a abrazarme y comentar que se sienten bien con los abrazos que les di y lo feliz que estaba.

4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Fue un proyecto que me ayudó a sentirme en calma ya que al ser cierre de ciclo me sentía abrumada y no sabía ni por dónde empezar, pero el proyecto me fue llevando poco a poco a lo que se quería lograr, además implementar las actividades sugeridas con mi grupo me permitió reconocer los sentimientos de

mi grupo y el como trabajar con ellos, y noté que ellos se sintieron involucrados y en confianza al exponer su sentir, porque también el grupo participó satisfactoriamente en mostrarse empático.

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



"El termómetro de las emociones"

Los niños pasaron de manera aleatoria a registrar en el color y nivel su nombre de cómo es que se sentían el día de hoy y después comentaban en el grupo el motivo por el cual se sentían así y los compañeros ayudaban a darle una solución en caso de que esta fuera una emoción que no los hiciera sentir bien.

"El Volcán"

En esta actividad se les leyó el cuento del volcán y se aplicaron cuestionamientos acerca de lo que pudo haber sucedido, que harían ellos, de qué manera lo hubieran solucionado, después de sus participaciones se les solicitó realizaran su propio volcán en plastilina y representar lo que pasó en el relato, esto me permitió que manipularan lo sucedido y ayudarán a concretar la idea de las consecuencias de no regular nuestras emociones en este caso el enojo.

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	**Si se mencionan en los cuestionamientos presentados.**
Identifica y explica de manera específica tres emociones y sentimientos de sus estudiantes que generaron las actividades.			x		**Comenté la felicidad, tristeza y furia de las que se hablaron en las actividades**
Describe de manera específica tres de las acciones que llevo a cabo para el logro de las actividades de este mii proyecto.			x		**Realice cuestionamientos previos, solicité exposición de los niños y ayuda de los compañeros.**
Integra evidencias gráficas y explicación que los ejercicios realizados en colectivo.				x	**Se realizó descripción de las actividades llevadas a cabo**