



SECRETARÍA DE EDUCACIÓN DE GUANAJUATO



## DOCUMENTO ENTREGABLE PROYECTO DE TRANSFORMACIÓN

### PERSONAL (PTP)

#### Módulo 1

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

En lo personal yo siempre he tenido problemas con este tipo de actividades, me conozco demasiado bien, se que tipo de actividades debo realizar para sentirme más tranquilo, sin embargo, esas mismas actividades (danza, danza aérea, Gym, teatro, otra carrera, visita a museos, ASMR, respiración, aromas, música relajante) muchas veces se vuelven un estilo de vida que no concuerda o tiene cabida al ser docente, creo que pasa lo mismo con este tipo de actividades, muchas veces no tienen cabida o no les damos la importancia que se requieren en el salón de clases, pues desde mi perspectiva resulta complejo el ayudar a otros a gestionar las emociones, sobre todo cuando nosotros mismos nos encontramos todo menos protegidos y seguros en nuestros centros de trabajo. Pero respondiendo a la pregunta, me siento estresado y a la defensiva, un poco renuente a las actividades en un principio, se que estoy triste y un poco desesperanzado.

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

Pues hace poco perdí a mi padre, no ha sido fácil sobrellevar todo su proceso de enfermedad, mi cansancio físico, mi gestión con un primer grado, situaciones de conflicto personales, familiares, de pareja y laborales, si bien estas actividades ayudan a conectar, no me quitan mis sentires, sólo me responsabilizan de hacer algo por ellas, sólo que a veces hace falta la orientación para realizarlas.

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

Al llevar a cabo estas actividades, fue permitirme un espacio más tranquilo y seguro con mis alumnos, verlos disfrutar de una actividad, que si bien puede o no ayudarme en sus

procesos de lecto-escritura repito, tengo primero, si me ayudo a relajarme y verlos más tranquilos y felices, no sé si sea mi responsabilidad es que estén así, pero me gustó darme ese permiso. De verlos seguros, relajados, interesados y felices.

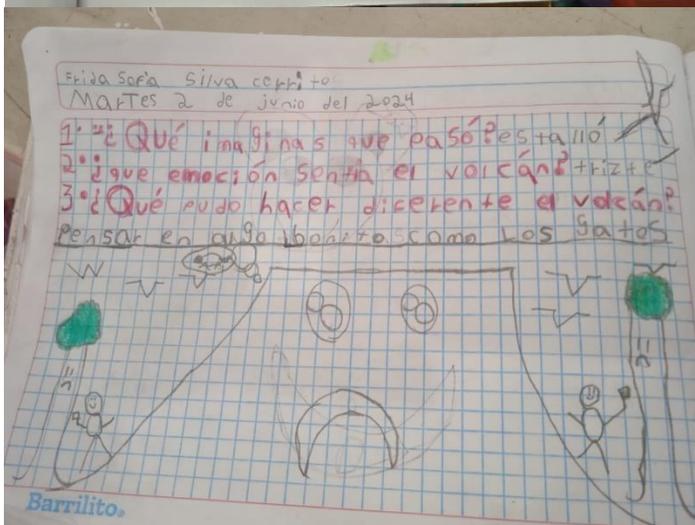
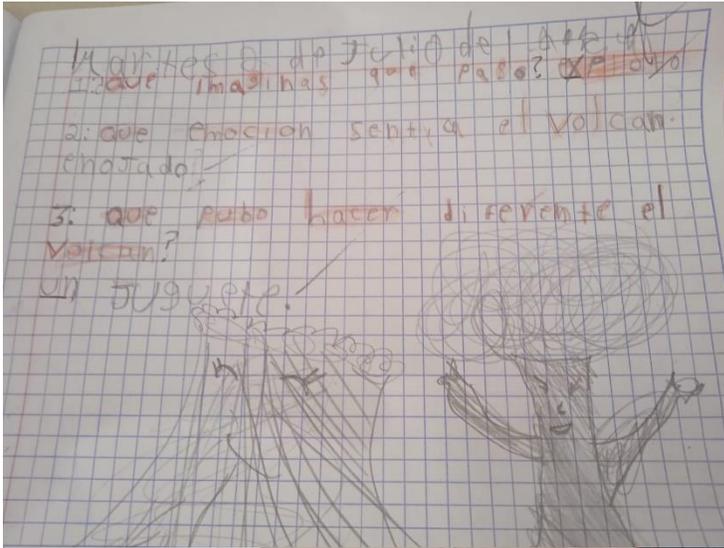
4. Opinión de este primer mini proyecto realizado.

Tal vez, muchas veces en el buscar una evidencia fotográfica, que se vuelve un poco compleja para mi grado porque implica ser trabajo y muchas veces mis alumnos son renuentes al trabajo, es una buena forma (sobre todo el volcán) de abrirnos al dialogo y poder por medio de preguntas invitarlos a que se cuestionen aspectos personales que muchas veces están pero no hay conciencia por parte de los alumnos de aquello que nos ayuda, lo que somos y como podemos regularnos.

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



Al realizar la lectura del cuento del volcán (ponerle un poco más de mi cosecha) al encontrarse inmersos en música relajante e incluso un aromatizante de lavanda, mis alumnos llegaron incluso a dormirse, situación que no me molestó, pues el objetivo era generar un ambiente seguro.



Debido al nivel de escritura de mis alumnos, fue necesario reducir el número de preguntas, pero fue muy interesante el observar que las preguntas dejaron de ser sobre el cuento para volverse personales, es decir, que ellos se vieron en la necesidad de determinar que podrían recomendarle al volcán de sus herramientas para regular su emoción y de esta manera evitar que explotarán como el volcán.

Fue muy grato ver que hubo menor conflicto en el trabajo por parte de mis alumnos, pues pese a ser una actividad de escritura, la mayoría de ellos quiso participar en la actividad.

También fue muy grato ver en sus dibujo que los alumnos se mostraron atentos al relato.



De igual manera fue muy grato realizar la actividad de las siluetas y dibujar en ellas todo aquello que los hace felices y les ayuda a regular sus emociones.

Fue grato darme cuenta como los alumnos se daban el tiempo de pensar que alimentos, personas, acciones y otras resultaban enriquecedoras para su autoestima.

Y al ser una actividad de dibujo fue muy grato ver como ellos se prestaban al trabajo y poco a poco se concentraban en el .



Cabe resaltar que al no tener papel bond, decidí solo trazar la silueta de su cabeza, pero al mismo tiempo fue un momento de interacción distinto con mis alumnos.

En el que nos permitimos cuestionarnos si querían que les dibujara los cabellos parados o sus trenzas incluso algunos accesorios como los moños y las orejas de gato, fue muy gratificante terminar el día con esta actividad y ver como podía sacarles una sonrisa.



## 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.					
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.					